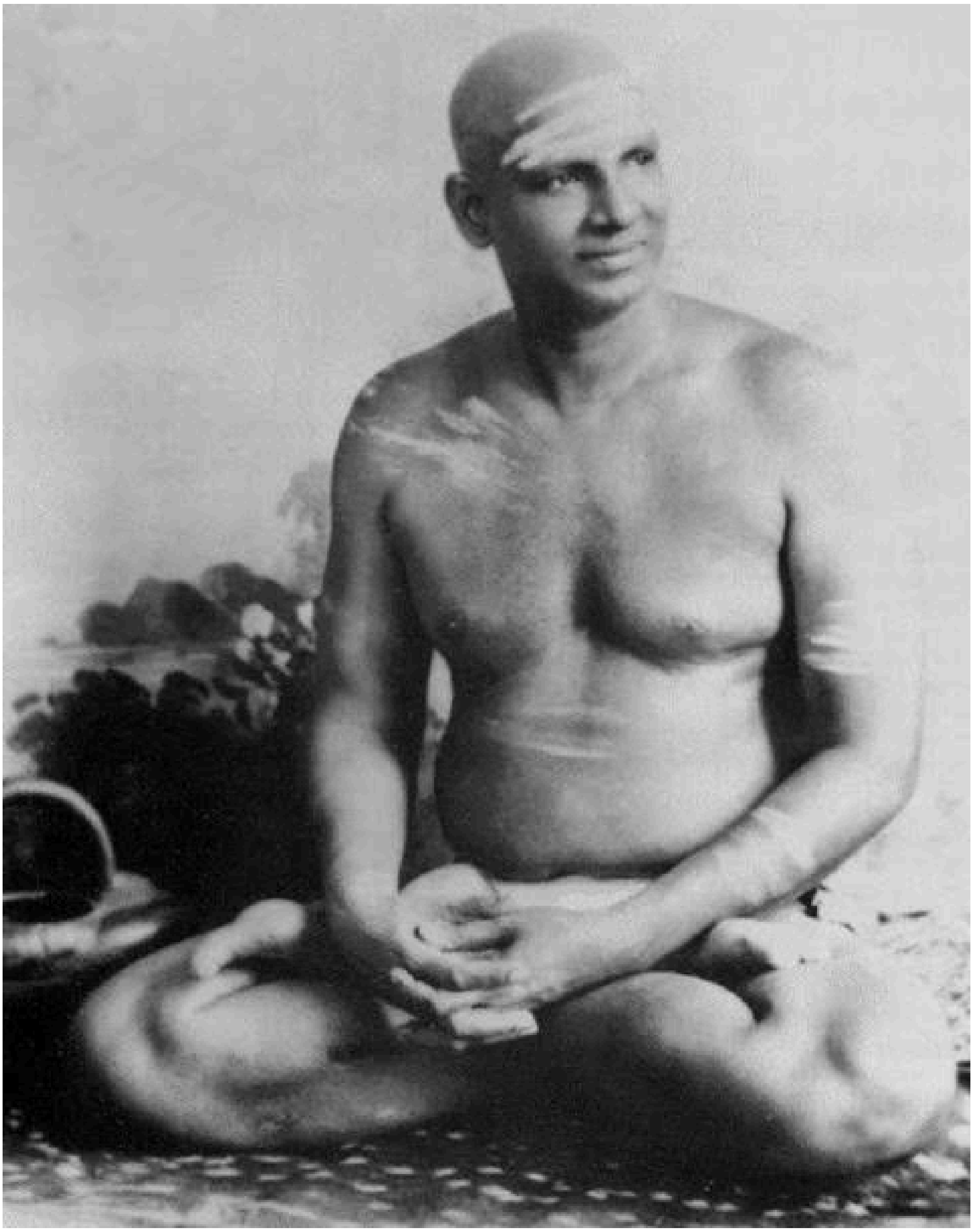


बालकों के लिए दिव्य जीवन सन्देश

स्वामी शिवानन्द



बालकों के ललए

दिव्य जीवन सन्र्ेश

DIVINE LIFE FOR CHILDREN

काअववकलअनुविा

लेखक

श्री स्वामी लशवानन्ि सरस्वती

अनुविाक

श्रीत्ऱिन. िऔय

प्रकाशक

ि डिवाइन लाइफ सोसायटी

पिालय : लशवानन्िनगर—२४९१९२

जजला: दटहरी गढ़वाल, उत्तराखण्ि (दहमालय), भारत

www.sivanandaonline.org, www.dlshq.org

प्रथम दहन्‌ी संस्करण : १९६६

सप्तम दहन्‌ी संस्करण : २०१५

अष्टम दहन्‌ी संसं्करण : २०१९

(१,००० प्रततयााँ)

© ि डिवाइन लाइफ ट्रस्ट सोसायटी

ISBN 81-7052-062-2
HS10

PRICE:₹ 100/-

'ि डिवाइन लाइफ सोसायटी, लशवानन्‌निगर' के ललए
स्वामी पद्मनाभानन्‌ द्वारा प्रकालशत तथा उन्हींके द्वारा 'योग-वेिान्त
फारेस्ट एकेिेमी प्रेस, पो. लशवानन्‌निगर, जज. दटहरी गढ़वाल,
उत्तराखण्‌ि, वपन २४९१९२' में मुदित ।

For online orders and Catalogue visit: disbooks.org

'ॐ'

जो कल िेश के नागररक बनेंगे,

जजन पर राष्ट्र की भावी आशा के जन्ति है,

उन सुकुमार- हृिय बालकों को

सप्रेम समवपति

'ॐ'

प्राथनिा

गजाननंभूतगणाधिसेवितं

कवित्थजम्बूफलसारभक्षणम् ्।

उमासुतं शोकविनाशकारणं

नमामम विघ्नेश्र्ीरिदिंकजम्।्।

म ैंउमासुत ववघ्नेश्वर गणेश के चरण-कमलों की वन्निा करता हाँ जो ि◌ुःखों का नाश करते ेहैं, भतगण तथा ि◌वगण जजनकी सेवा करते ेहैं, जजनका मुहाँ हाथी का है और जो कवपत्थ और जम्बफल का सार ग्रहण करते े हैं।

गुरुर्ब्रह्मा गुरुविष्णुगुरुरदिो महेश्र्रिः ।

गुरुः साक्षात् ्िरंर्ब्रह्म तस्मैश्रीगुरि ेनमः ।।

म ैंउन सद्गुरु को प्रणामकरताहाँजोस्वयंब्रह्माववष्णुऔरमहेश्हैंऔरजो साक्षात् ्परब्रह्म हैं।

शान्ताकारं भुजगशयनंद्मिनाभंसुरेशं ं

विश्र्ाीरिं गगनसदृशंमेघिणं ंशुभांगम्।्

लक्ष्मीकान्तंकमलनयनं योधगमभर्धयानरगम्यम् ्

न्दिे विष्णुं भिभयहरं सिलरोकैकनाथम्।्।

म ैंववष्णु ुकी वन्निा करता हाँ जजनकी आकृतत शान्त है, जो शेषनाग की शय्या पर शयन करते ेहैं, जजनकी नालभ में कमल है, जो ि◌वताओंके भी ईश्वर हैं और सम्पण ि◌ववश्व के आधार हैं तथा आकाश के समान सवि व्याप्त हैं, जजनका रंग नीलमेघ के समान है, जजनका शरीर अत्यन्त सुन्रि है, जो लक्ष्मीपतत हैं, जजनके नि कमल के समान हैं, जो योगगयों को ध्यान द्वारा लमलते हैं, जो जन्म-मरण-रूपी भय का नाश करने वाले और सभी लोकों के एकमिा स्वामी हैं।

बीस महत्त्वपण िआध्याजत्मक तनयम

१. ब्र्ाह्ममुहूत र- जागरण तनत्यप्रत्ल्लेप्रातुःचारबजेउदिए।यहब्राह्ममुह तिईश्वरकेध्यानके ललए बहुत अनुक ल है।

२. आसन - पद्मासन, लसद्धासन अथवा सुखासन पर जप तथा ध्यान के ललए आधे घण्टे के ललए प व ि अथवा उत्तर दिशा की ओर मुख करके बैि जाइए। ध्यान के समय को शनैुः-शनैुः तीन घण्टे तक बढ़ाइए । ब्रह्मचय ितथा स्वास्य् के ललए शीषासिन अथवा सवागांासन कीजजए। हलके शारीररक व्यायाम (जैसे ेटहलना आदि) तनयलमत रूप से कीजजए। बीस बार प्राणायाम कीजजए ।

३. जि - अपनी रुगच या प्रकृतत के अनुसार ककसी भी मन्् (जैसे े'ॐ', 'ॐ नमो नारायणाय', 'ॐ नमुः लशवाय', 'ॐ नमो भगवते वासुिेवाय', 'ॐ श्री शरवणभवाय नमुः', 'सीताराम', 'श्री राम', 'हरर ॐ' या गायिी) का १०८ से२१,६०० बार प्रततदिन जप कीजजए (मालाओं की संख्या १ और २०० के बीच) ।

४. आहार-संयम- शुद्ध साजत्त्वक आहार लीजजए। लमच,ि इमली, लहसुन, प्याज, खट्टे पिाथ,ि तेल, सरसों तथा हींग का त्याग कीजजए। लमताहार कीजजए। आवश्यकता से अगधक खा कर पेटे पर बोझ न ालिलए। वष िमें एक या िो बार एक पखवाडेके ललए उस वस्तु का पररत्याग कीजजए जजसेमन सबसे अगधक पसन्् िकरता है। सािा भोजन कीजजए। िध तथा फल एकाग्रता में सहायक होते े हैं। भोजन को जीवन-तनवाहि के ललए औषगध के समान लीजजए। भोग के ललए भोजन करना पाप है। एक माह के ललए नमक तथा चीनी का पररत्याग कीजजए। त्रबना चटनी तथा अचार के केवल चावल, रोटी तथा िाल पर ही तनवाहि करनेकी क्षमता आपमें होनी चादहए। िाल के ललए और अगधक नमक तथा चाय, काफी और िध के ललए और अगधक चीनी न मागाँगए ।

५. धर्यान कक्ष- ध्यान कक्ष अलग होना चादहए। उसे ेताले- कुंजी से बन्् रिखखए ।

६. दान — प्रततमाह अथवा प्रततदिन यथाशजतत तनयलमत रूप से िान िीजजए अथवा एक रुपये में िस पैसेके दहसाब से िान िीजजए।

७. स्र्ार्धयाय— गीता, रामायण, भागवत, ववष्णुसहस्रनाम, आदित्यहृिय, उपतनषद्, योगवालसष्ि, बाइत्रबल, जेन्ि-अवस्ता, कुरान आदि का आधा घण्टे तक तनत्य स्वाध्याय कीजजए तथा शुद्ध ववचार रखखए ।

८. ब्र्ह्मचय—र बहुत ही सावधानीप वकि वीय िकी रक्षा कीजजए। वीय िववभत त है। वीय िही सम्प ण िशजतत है। वीय िही सम्पवत्त है। वीय िजीवन, ववचार तथा बुद्गध का सार है।

९. स्तोत्र - िाठ - प्राथनिा के कुछ श्लोकों अथवा स्तिोों को यिा कर लीजजए। जप अथवा ध्यान आरम्भ करने से पहले ेउनका पिा कीजजए । इसमें मन शीघ्र ही समुन्नत हो जायेगा।

१०. सत्संग — तनरन्तर सत्संग कीजजए। कुसंगतत, ध म्रपान, मांस,शराब आदि का प णतिु: त्याग कीजजए। बुरी आितों में न फाँलसए।

११. व्रत — एकािशी को उपवास कीजजए या केवल िध तथा फल पर तनवाहि कीजजए।

१२. जि - माला जप माला को अपनेगले में पहतनए अथवा जेब में रखखए। रात्रि में इसे ेतककये के नीचे े रखखए।

१३. मौन व्रत – तनत्यप्रतत कुछ घण्टों के ललए मौन-व्रत कीजजए ।

१४. िाणी-संयम- प्रत्येक पररजस्थतत में सत्य बोललए। थोडा बोललए। मधुर बोललए।

१५. अिररग्रह — अपनी आवश्यकताओं को कम कीजजए। यदि आपके पास चार कमीजें हैं, तो इनकी संख्या

तीन या िो कर िीजजए। सुखी तथा सन्तुष्ट जीवन त्रबताइए। अनावश्यक गचन्ताएँत्यागगए । सिाा जीवन व्यतीत कीजजए तथा उच्च ववचार रखखए।

१६. हहंसािररहार-कभी भी ककसी को चोट न पहुुँचाइए (अदहंसा परमो धमु:ि) । क्रोध को प्रेम, क्षमा तथा िया से तनयजन्ति कीजजए ।

१७. आत्म-ननभरता-सेवकों पर तनभरि न रदहए। आत्म- तनभरिता सवोत्तम गुण है।

१८. आर्धयात्त्मक डायरी - सोनेसेपहले ेदिन भर की अपनी गलततयों पर ववचार कीजजए। आत्म-ववश्लेषण

कीजजए। िैतनक आध्याजत्मक िायरी तथा आत्म-सुधार रजजस्टर रखखए। भ तकाल गलततयों का गचन्तन न कीजजए। की

१९. कतव्रय िालन — यिा रखखए, मृतूयु हर क्षण आपकी प्रतीक्षा कर रही है। अपनेकतव्यिों का पालन करने में न च ककए। सिाचारी बतनए।

२०. ईश-धचन्तन- प्रातु: उिते ही तथा सोनेसे पहले ेईश्वर का गचन्तन कीजजए। ईश्वर को पण िआत्मापणि कीजजए।

यह समस्त आध्याजत्मक साधनों का सार है। इससेआप मोक्ष प्राप्त करेंगे। इन तनयमों का दृढ़तापवकि पालन करना चादहए। अपने मन को ढील न िीजजए।

दहमालय के अंचल से

(१) जन्म ही मृतूयु का कारण है।

(२) ुःखि का कारण सुख है।

(३) सिाचार सब धमों की आधारलशला है।

(४) सिाचार दिव्य माग िहै।

(५) सिाचार ही आनन्‌ प्राप्त करा सकता है।

(६) कामना ही िररिता है।

(७) ध्यान एक रचनात्मक, अत्यावश्यक और गततशील प्रकक्रया है।

(८) भले बनो। भला करो। सेवा करो। प्रेम करो। िान िो। पववि बनो। ध्यान करो। भगवान्‌ ्का साक्षात्कार करो। यह लशव का धम िहै। यह दिव्य जीवन संघ के सिस्यों का धम िहै।

कृपालु रहो। ियालु रहो। ईमानिार रहो। तनष्कपट रहो। सत्यतनष्ठ बनो। श र बनो। शुद्ध रहो।

(९)

बुद्धधमान्‌ ्

बनो। नेक बनो। ववचार करो— 'म ैंकौन ह ूँ।' आत्मा को जानो और मुजतत पाओ। लशव की लशक्षा का यह सार-संक्षेप है।

(१०) अपना प रा जीवन प्रभु को समवपति कर िो। वह हर प्रकार से तुम्हारी िेखभाल करेगा और तुम्हें कोई गचन्ता नहींरहेगी।

(११) दिव्य जीवन प्रेम, ज्ञान और प्रकाश का जीवन है।

(१२) उिो । हे साधको! कडी साधना करो। सारी अशुद्धता जला िो। ध्यान के द्वारा प्रबोधन प्राप्त करो।

गुरु-भजतत

यस्य िदेरा भत्तः यथा देितथा गुरौ ।
तस्यैते कधथता ह्यथाःर प्रकाशन्तेमहात्मनः ।।

'आध्याजत्मक सत्य केवल उसी मनुष्य के सामने प्रकट होते ेहैं। जजसके मन में ईश्वर के प्रतत अगाध भजतत हो और उतनी ही अगाध भजतत 'अपने गुरु के प्रतत भी हो'—यह उपतनषिों का कहना है। परम तत्त्व अथवा ईश्वर जो कक मन और इजन्ियों से, बुद्गध-व्यापार और तकि से परे है, सैकडों वषों तक भी ग्रन्थों के पढ़ने ेया बौद्गधक कसरत करते ेरहने से ज्ञात नहींहो सकता। इस तरह की पढ़ाई करने वाले ेव्यजतत से परम तत्त्व उतना ही िर है जजतना कक अफ्रीका के ककसी आदिवासी से चीनी वणमिाला।

सि री ओर गुरु का एक भी शब्ि, गुरु के हाथ का एक भी स्पश,ि गुरु का एक भी ववचार साधक की प्रज्ञा को जगानेऔर परम तत्त्व या ईश्वर का सहजानुभ त साक्षात्कार कराने में समथ िहो सकता है। वह गुरु के साथ आध्याजत्मक तािात्म्य स्थावपत कर सके।वहइस योग्यताको कैसेप्राप्त करेगा श्रीकृष्ण ने कहा है :

तद्विद्धि प्रणणिातेन िररप्रश्नेन सेिया ।
उिदेक्ष्यत्न्त ते ज्ञानंज्ञानननस्तत्त्दिमशनरः ।।

आत्म-साक्षात्कार करने वाले ज्ञानी पुरुषों को भली प्रकार िण्वित् ्प्रणाम तथा उनकी सेवेा और उनसे े तनष्कपट भाव सेप्रश्न करके परम ज्ञान को जान। वे तुझेप्रबुद्ध करेंगे। अथात्ि्साधक नम्रता, जजज्ञासा तथा सेवा के गुणों द्वारा उपयुतित योग्यता प्राप्त कर सकता है।

इस उज्जज्जवल सत्य का ज्जवलन्त उिाहरण (शंकराचाय िके चार प्रलसद्ध लशष्यों में से एक) िोटक है। वह शास्ि ों का अध्ययन करने के बजाय गुरु की सेवा में ही रत रहा। अन्त में श्री शंकराचाय िने केवल एक संकल्प से िोटक को परम ज्ञान प्रिान ककया और इस प्रकार िोटक ने गुरु की सेवा करके ही सभी शास्ि ों का ज्ञान प्राप्त कर ललया।

इसललए तनष्ठावान् ्साधककीइसबातमेंदृढ़श्रद्धाहोतीहैकक :

ध्यानमूलं ्गुरोमूनरतःर ि्ूजामूलं गुरोः िदम् ्।
मन्त्रमूलं गुरोिाि्रयंमोक्षमूलं ्गुरोः कृिा ।।

गुरु की मतत िही ध्यान करने योग्य है। गुरु के चरण ही पजा के पि हैं। गुरु के वचन ही वेिवातय हैंऔर

गुरु की कृपा ही मोक्ष का आधार है।

एक सन्त की कहानी

म ैंतुम्हें एक सन्त की कहानीसुनाऊँगा। वे ईश्वरीयपुरुषहैं। ईश्वरीय पुरुष समस्त मानव-जातत के ललए वरिान होता है। वह सबका सच्चा उपकारक होता है। वह सबको ईश्वर के माग िपर ले चलता है। वह प्रसन्नता का माग िप्रशस्त करता है। वह एकता और प्रेम की लशक्षा िेता है। ईश्वरीय पुरुष िुलुभि होता है। उसे ेसाक्षात् ्ईश्वर ही मान कर उसकी पजा की जाती है।

इस सन्त का जन्म ८ लसतम्बर १८८७ को हुआ था। वह एक अच्छे बालक थे। अपनी बाल्यावस्था से ही वह ियालु, सिाचारी तथा ईश्वर भतत थे। वह बहुत पररश्रमी थे। वह अपनी पढ़ाई मन लगा कर करते ेथे। वह अच्छे कसरती थे। उनका जीवन सभी दृजष्टयों से ववकलसत था । तुम्हें भी उनकी तरह बनना चादहए। जब काम करने का समय हो तब काम करना चादहए। खेलने ेके समय खेलना चादहए। अपने शरीर की भी गचन्ता तुम्हें रखनी चादहए और उसे ेस्वस्थ बनाना चादहए। अपनी मानलसक शजतत और बुद्गध का ववकास भी तुम्हें करना चादहए।

स्क ल की पढ़ाई समाप्त करने के बिा वह मेडिकल कालेज में पढ़ने गये। उनका लक्ष्य रोगगयों की सेवा करना था। मेडिकल कॉलेज में वह पहले ेसेभी अगधक प्रततभाशाली ववद्याथी बन गये। पढ़ाई के िस रे वष िमें पहुँचते-पहुँचते वह पांचवें वष िके ववद्यागथयों के समान योग्य बन गये।

कफर उन्होंने नौकरी कर ली। उन्हें धन की गचन्ता नहीं ंरहती थी। दिन-रात कभी भी रोगी उनके घर में पहुँच जाते ेथे। उन्होंनेएक पत्रिका तनकाली। इस पत्रिका में वे स्वास्् और सफाई से सम्बजन्धत लेखे प्रकालशत ककया करते ेथे। तुम्हें भी स्वास्् की सफाई की जानकारी होनी चादहए। तभी तुम िस रों की सेवा िीक से कर सकते हो।

बंगाल की खाडी के उस पार मलाया में— जहााँचाय के बडे-बडेबगीचे हैं— जोहोर - बहरू जस्थत एक अस्पताल में ककसी अच्छे िातटर की जरूरत थी। वह वहााँ िातटर बन कर चले ेगये। वह रात-दिन रोगगयों की सेवा करने लगे। जल्िी ही वह एक प्रलसद्ध िातटर बन गये। उन्होंनेसबका दिल जीत ललया। इतने दिनों बिा आज भी मलाया के लोग उनको यिा करतेहैं और उनके प्रतत कृतज्ञ हैं। सच्ची सेवा की यही मदहमा है। उन्होंनेबहुत धन अजजति ककया। इस धन को वे िान में िे िेते ेथे। उनका हृिय बहुत ववशाल था ।

सन् ् १९२३ में उन्होंने संसार का त्याग कर दिया। उन्होंने नौकरी से इस्तीफा िे दिया। अपनी सम्पवत्त उन्होंनेगरीबों में बााँट िी। वह भारत लौट आये और साधुबन गये। लभक्षा मााँग कर जो-कुछ लमलता, उसे ेखा लेते और सडक की पटरी पर सोये रहते। ककतनी तकलीफ उिातेथेवह ! मलाया में तो वह राजाओंके िाटबाट से रहते े थे। एकिम से वह गरीबी का जीवन व्यतीत करने लगे। त्याग में इतनी शजतत होती है!

वह स्वगाश्रिम (ऋवषकेश) में रहने लगे। सन् ् १९२८ में उन्होंने संन्यास ग्रहण ककया। अब वह संन्यासी या स्वामी बन गये। स्वामी िातटर के रूप में रोगगयों की सेवा करतेरहे। सेवा करना उन्हें बहुत अच्छा लगता था। वह हमेशा अपनेसाथ िवाइयों का एक छोटा बतसा रखते ेथे। वे गम्भीर रोगों का भी तनभयि हो कर इलाज करते ेथे। उनके हाथ में रोगगयों को िीक करने की एक दिव्य शजतत थी। वह जजस रोगी को भी छ लेते,े वह िीक हो जाता। उनके पास थोडा धन बचा था, लेककन उसे ेवह अपनेऊपर खच िनहींकरते ेथे। वह लभक्षा मााँग कर जीवन तनवाहि कर लेते थे ेऔर उस धन से रोगगयों के ललए फल–ध खरीि ललया करते ेथे। उनका हृिय िया का सागर था।

उन्होंनेब्रह्म का साक्षात्कार ककया। उनका व्यजततत्व बहुत ओजस्वी था। लोग उन्हें िेख कर उनकी ओर आकवषति हो जाते ेथे। अगखणत साधक उनके पास पहुाँचे। कई साधक उनके लशष्य बन गये। वे उन्हें योग-लशक्षा दिया करते ेथे। वे योग पर लेखे भी ललखते ेथे। ये लेख ववलभन्न पत्रिकाओंमें प्रकालशत होते ेथे। उन्होंनेछोटी-छोटी ककताबें भी ललखीं। गचककत्सा के बिा पुस्तक-लेखेन के माध्यम से उन्होंनेस री महत्त्वपण िसेवा की।

जजस स्थान पर वे रहते ेथे, वह स्थान धीरे-धीरे आश्रम बन गया। सन् ्१९३६ में उन्होंनेएक संघ (सोसायटी) की स्थापना की। इसका नाम 'दिव्य जीवन संघ' (ि डिवाइन लाइफ सोसायटी) है। यह एक बहुत बडी संस्था बन गया है। इसकी शाखाएाँप रे ववश्व भर में हैं। साधकों को प्रलशक्षण िेनेके ललए उन्होंने'योग-वेिान्त फारेस्ट एकेिमी' भी स्थावपत की। इन सबके द्वारा उन्होंने प रे ववश्व की सेवा की। सेवा ही उनके जीवन का लक्ष्य था । सेवा के ही कारण वह एक महान् ्सन्त बन गये ।

उन्होंनेयोग पर ३०० सेअगधक पुस्तकें ललखीं। सारा ववश्व उनकी प जा करता था। इसके बावज ि वह बच्चों की तरह सरल थे। वह अत्यन्त सहज थे,े ियालु थे, स्नेहमय थे, बुद्गधमान् ्थे। उन्होंनेहमेशा अपनेको एक ववद्याथी ही समझा। वे हमेशा अगधक-से-अगधक ज्ञान अजजति करने को उत्सुक रहते ेथे। उनके मुहाँ से कटु शब्ि कभी भी नहींतनकले। उन्होंनेसबको मान-सम्मान दिया। वे सबके सम्मुख श्रद्धा से झुक जाते ेथे। उन्होंने सिैव िस रों की भलाई के ललए काय िककया। वे सिैव ही बहुत सकक्रय रहे। अपने काय ितथा साधना में वे तनयलमत भी रहे। वे शान्त स्वभाव के थेतथा सिैव प्रसन्न रहते ेथे। उनके व्यजततत्व से प्रसन्नता की ककरणें फ टी पडती थीं।

ककसी भी घटना या व्यजतत का उनके ऊपर कोई प्रभाव नहींपडता था। वे शाजन्तमय थे े। जजन महान् ् सन्त की यह कहानी है, उनका नाम है स्वामी लशवानन्ि। उन्होंनेही तुम्हारे ललए इस पुस्तक में बडी सुन्िर और लशक्षाप्रि कहातनया ाँललखी हैं।

-स्िामी िेंकटेशानन्द

ववद्याथी-जीवन का महत्व

वप्रय अमृत- पुि !

आप मातृभृ लम की भावी आशा हैं। आप कल बनने वाले नागररक हैं। आपको सवा जीवन के लक्ष्य पर ववचार करना चादहए और उसे ेप्राप्त करने के ललए ही जीवन बनाना चादहए। जीवन का लक्ष्य है सव िि ुःखों की की प्राजप्त या जन्म मरण सेआत्यजन्तक तनवृवृत्त अथवा कैवल्य-पि की प्राजप्त छुटकारा ।

सुव्यवजस्थत नैततक जीवन-यापन कीजजए। नैततक बल आध्याजत्मक उन्नतत का पृष्ठिवंश है। चाररत्र्य-गिन आध्याजत्मक साधना का एक मुख्य अंग है। ब्रह्मचय िका पालन कीजजए। ब्रह्मचय िके पालन से अनेक प वकिालीन ऋवषयों ने अमृतृत्व प्राप्त ककया था। यह नवीन शजतत, वीय,ि बल, जीवन में सफलता और जीवन के उपरान्त तनत्य-सुख का स्रोत है। वीय िके नाश से रोग, तलेश और अकाल-मृतृयु को प्राप्त हो जाते ेहैं; इसललए वीयि–रक्षा के ललए ववशेष सावधान रहो।

ब्रह्मचय िके अभ्यास 'अच्छा स्वास्य्, आन्तररक शजतत, मानलसक शाजन्त और िीघ िजीवन प्राप्त होते े हैं। यह मन और स्नायुओं को सबल बनाता है, शारीररक और मानलसक शजतत के संचंय में सहायता िेता है। यह बल और साहस की वृदृ्गध करता है। इससे जीवन के िैतनक संग्राम में कदिनाइयों का सामना करने के ललए बल प्राप्त होता है। प ण िब्रह्मचारी ववश्व पर शासन कर सकता है। वह ज्ञानेिव के समान पंच-तत्त्वों तथा प्रकृतत को तनयजन्ति कर सकता है।

विों में तथा मन्र्ों की शजतत में श्रद्धा बढ़ाओ। तनत्य-प्रतत ध्यान का अभ्यास करो। साजत्त्वक भोजन करो। पेट को ि ं सि– स कर मत भरो। अपनी भ लों के ललए पश्चात्ताप करो। मुतत-हृिय से अपनी भ लों को स्वीकार करो। झि बोल कर या बहाना बना कर अपनी भ ल को तछपाने की कभी चेष्ेटा मत करो। प्रकृतत के तनयमों का पालन करो। तनत्य-प्रतत ख ब शारीररक व्यायाम करो। अपने कतव्यिों का पालन यथा-समय करो। सरल जीवन और उन्नत ववचारों का ववकास करो। वृथृा अनुकरण करना छोड िो। कुसंगतत से जो बुरे संस्कार बन गये हों, उनकी काया पलट कर िो। उपतनषद्, योगवालसष्ि, ब्रह्मस ि, श्री शंकराचाय िके ग्रन्थ तथा अन्य शास्त्रों का स्वाध्याय करो। इनसे ेआपको वास्तववक शाजन्त और सान्त्वना प्राप्त होगी। कुछ पाश्चात्य िाशतिनकों ने यह उद्गार प्रकट ककया है—"जन्म और धमानुसार हम ईसाई हैं; ककन्तु जजस शाजन्त को हमारा मन चाहता है, वह शाजन्त उपतनषिों के अध्ययन से ही लमल सकती है।"

सबके साथ लमल कर रहो। सबसेप्रेम करो। अपने को पररजस्थततयों के अनुक ल बनाने का प्रयत्न करो और तनुःस्वाथ िसेवा का भाव ववकलसत करो। अथक सेवेा के द्वारा सबके हृिय में प्रवेश करो। अद्वैत-प्रततपादित आत्मा की अलभन्नता के साक्षात्कार का यही उपाय है।

-स्िामी मशिानन्द

ववषय-सची

प्रथम अध्याय

दिव्य प जा

१.ईश्वरकीमदहमा

बच्चो, तुम्हें ईश्वर ने बनाया। तुम्हारे भाई, बहन, माता, वपता, लमि और बन्धु ु— सबको ईश्वर ने ही बनाया। सय,ि चन्ि और तारे ईश्वर ने बनाये। पशु-पक्षक्षयों को उन्होंनेबनाया। पवति, निी, वृक्ष आदि उन्हीं ंने बनाये और सारा ववश्व उन्हीं ने बनाया।

हैं, सवर्शिईश्वरतुम्हारे ह्रिय मेंबसतेहैं। वह हर जगह हैं। वह सवव्यािपी हैं, सवज्ञि कृपालु हैं तथा आनन्मिय हैं। तुम्हारा शरीर ईश्वर का चलता-कफरता मजन्रि है। शरीर को शुद्ध, मजब त और स्वस्थ रखो।

सिा ईश्वर की प्राथनिा करो। वह तुम्हेंसबकुछिेंगे।

२. ईश्वर प्रेम हैं।

ईश्वर प्रेम हैं। ईश्वर सत्य हैं। ईश्वर शाजन्त हैं। ईश्वर आनन्ि हैं। ईश्वर प्रकाश हैं। ईश्वर शजतत हैं। ईश्वर ज्ञान हैं। उनका िशनि करो और मुजतत पाओ ।

तनत्य सुबह-शाम कीतनि करो। तनत्य प्राथनिा करो। ईश्वर को फल चढ़ाओ। उन्हें नमस्कार करो। लमिाई पहले ेउन्हें चढ़ाओ, कफर खाओ। उनके आगे िीप रखो, कपर जलाओ। उनकी आरती उतारो। उन्हें माला पहनाओ:

बालकों के ललए दिव्य जीवन सन्देशि अपने कमरे में ईश्वर का गचि रखो। तनत्य उसकी पजा करो। तुम्हारी सारी कामनाए ँपरी होंगी।

३.प्रातुःकालकीप्राथनि ा

हे ववश्व के स्वामी! आपको नमस्कार! आप मेरे गुरु हैं। आप ही माता हैं, वपता हैं और सही मार्गि–शकि ह।ैं मेरी रक्षा करें। म ैंआपका ह ाँ। सब आपका है। आपकी ही इच्छा प री होगी।

हे पजनीय प्रभु! आपको नमस्कार! मुझे ेसन्मतत िें। मुझे शुद्ध बनाय।ें मुझे ेप्रकाश िें, शजतत िें, स्वास्् िें और िीघ िआयु िें। मुझे एक अच्छा ब्रह्मचारी बनाय ें।

हे सवशिजततमान् ्प्रभु! मेरे सारे िोष लमटाय।ें मुझे गुणवान् ्बनाय।ें मुझे िेश - भतत बनाय ेंजजससे ेम ैं अपनी मातृभृलम से प्यार कर सक ाँ।

४.रात्रिकीप्राथनि ा

हे वप्रय ईश्वर! आप मेरे पापों और बुरे कामों को क्षमा करें। आपनेजो-जो वरिान दिये हैं, उनके ललए आपको धन्यवाि िेता हाँ। आप मेरे प्रतत बडेियालु हैं। म ैंसिा आपका ही स्मरण करूाँ।

मुझेकतव्यिपरायण बनाय।ें मेरी परीक्षाओं में मुझे सफलता िें। मुझे भला और प्रततभाशाली बालक (बाललका) बनाय।ें आपको प्रणाम!

मेरी स्मरण शजतत तेज हो। म ैंसबसे प्रेम करूाँ, सबकी सेवा करूाँ, सबमें म ैंआपको िेख ।ाँ मेरी उन्नतत करें। मेरी रक्षा करें। मेरी माता की, मेरे वपता की, र्ुरुिेव की, भाई-बहन की— सबकी रक्षा करें। आपकी जय हो !

५.साप्तादहकपजा

रववववार के दिन भगवान् ्सय िकी पजा करो। ये मन्त्र जिपो -ॐ लमिाय नमुः, ॐ सयायि नमुः, ॐ आदित्याय नमुः । भगवान् ्सय ितुम्हें अच्छी तन्िरुस्ती िेंगे,े तेज िेंगे ेऔर सुन्िर दृजष्ट िेंगे।े

सोमवार के दिन भगवान् ्लशव की पजा करो। मंगल और शुक्रवार के दिन िेवी की पजा करो। बृहस्पततवार के दिन गुरु की पजा करो। शतनवार के दिन हनुमान् ्की पजा करो। तुम्हें समृद्गध, शाजन्त, ऐश्वय ि और सफलता लमलेगी।

६. त्रिमततयिाँ

भगवान् ्ब्रह्मा इस संसार को बनाने वाले िवहैं। सरस्वती ववद्या की िवी हैं। वह ब्रह्मा की शजतत अथवा पत्नी हैं। भगवान् ्ववष्णु इस संसार के पालन करनेवाले िव हैं। लक्ष्मी िवी उनकी शजतत अथवा पत्नी हैं। वह सम्पवत्त की िवी हैं। भगवान् ्लशव इस संसार के संहार करने वाले िव हैं। उमा अथाति् ्पावतिी उनकी शजतत अथवा पत्नी हैं। भगवान् ्गणेशे उनके बडेपुि हैं। भगवान् ्सुब्रह्मण्य उनके िसरे पुि हैं।

भगवान् ्गणेश सभी प्रकार के ववघ्नों का नाश करने वाले िव हैं। भगवान् ्सुब्रह्मण्य सब प्रकार की सफलता और शजतत िनेवाले ेहैं। श्रद्धा और भजतत से उनकी पजा करो। इससे भजतत, भुजतत (सांसाररक सुख) और मुजतत तीनों लमलती हैं।

७. ईश्वर तुम्हें चाहते हैं

ईश्वर तुम्हें प्यार करते ेहैं। वह तुम्हें अच्छे-अच्छे पिाथ ििते ेहैं, खाने ेको भोजन और पहननेको वस्ि िते े हैं। उन्होंनेतुम्हें सुनने को कान दिये हैं, िखनेको आखोँ िी हैं, स घाँने को नाक िी है, स्वाि लेनेको जीभ िी है, काम करने को हाथ और चलने को पैरै दिये हैं।

तुम अपनी इन आखाँों से ईश्वर को नहीं ंिख सकते; परन्तु वह तुम्हें िखते हैं। वह तुम्हारा ध्यान रखते े हैं। तुम्हारे हर काम के बारे में वह जानते ेहैं।

वह तुम पर अपार कृपा रखते ेहैं। उनसे ेप्रेम करो। उनकी स्तुतत करो। उनका नाम और उनकी मदहमा गाओ। उनसे ेप्राथनिा करो कक वह तुम्हें सब पापोंसेबचाय।ें वहतुमसे प्रसन्न होंगे ेऔर आशीविा िेंगे।

८. गायिी माता

गायिी विेों की पववि माता ह।ै तुम्हारी मा ाँकी भी वह मा ाँहैं। वह एक िवी हैं। यदि तुमने जनेऊ धारण ककया है तो प्रततदिन प्रातुः, मध्याह्न और सन्ध्या-काल में गायिी का जप करो। तनयलमत रूप से सन्ध्या करो। सय िको अघ्य िप्रिान करो।

ॐ भूभुिरः स्ः तित्सवितुिरेण्यं।

भगो दिेस्य ि**ीमहह**

धियो यो नः प्रचोदयात् ्।।

"हम उन ईश्वर का और उनकी मदहमा का ध्यान करते ेहैं, जजन्होंनेववश्व को बनाया है, जो पज्जय हैं, जो सब प्रकार के पापों और अज्ञान का नाश करने वाले हैं। वह हमारी बुद्गध को प्रेरणा िें।"

गायिी माता तुम्हें स्वास्य्, िीघ िआयु और समृद्गध िें!

९. सौन्यि िईश्वर है

रमेश! गुलाब को िेखो। वह ककतना सुन्रि है! उसकी सुगजन्ध ककतनी अच्छी है! तुम उसे ेचाहते हो। उसे े तोडते ेऔर सघाँते हो। तया कोई वैज्ञातनक गुलाब बना सकता है? तुम कागज का बदढ़या गुलाब बना सकते हो, लेककन उसमें वह सुगजन्ध न होगी ।

गुलाब जल्िी ही मुरझा जाता है और उसका सौन्यि िऔर सुगजन्ध नष्ट हो जाती है। कफर तुम उसे ेफेंक िेते हो। वह नश्वर है। उसका सौन्यि िकुछ ही क्षणों का है।

उस सुन्रि फल को ककसने बनाया? उसके रचतयता ईश्वर हैं। वह सौन्यियों के सौन्यि िहैं। उनमें शाश्वत सौन्यि िहै। उनको प्राप्त करो। तुम्हारे अन्रि भी परम सौन्यि िआयेगा । सौन्यि िईश्वर है। सविा सही और गलत का, असली और नकली का भेि पहचानो ।

१०. ईश्वर एक ही है

ईश्वर एक ही है; लेककन उनके नाम और रूप अनन्त हैं। उन्हें कोई भी नाम िो। जो भी रूप तुम्हें पसन्ि हो, उस रूप में उनको पजो। उनका िशनि अवश्य होगा और उनकी कृपा और आशीविा अवश्य लमलेगा।

भगवान ्लशव दहन्िुओं के भगवान ्हैं। अल्लाह मुसलमानों के भगवान ्हैं। जुहोवा यहदियों के भगवान ्हैं। अहुरमज्जि पारलसयों के भगवान ्हैं।

घृणा और गव िका अभाव, शुगचता, िान, इजन्यियों का तनग्रह, तपस्या, सत्यतनष्ठा, त्याग, प्राखणमाि पर करुणा, धैय,ि क्षमा- ये सब ईश्वर-प्राजप्त के साधन हैं।

११.ईश्वरकेन्रिहैं

प्रत्येक धम िईश्वर-प्राजप्त का माग िबतलाता है । प्रत्येक धम िके केन्रिबन्िु िईश्वर हैं।

तुम अपनेईसाई लमिों सेझगडो नहीं, मुसलमान लमिों और पारसी लमिों से लडो नहीं। उनका धम ि उन्हें ईश्वर की ओर उसी तरह से ले जाता है। जैसे ेतुम्हारा धम ितुम्हें ले जाता है। ईश्वर की ओर जाने वाले ककसी भी माग िसे चल कर ईश्वर तक पहुुँचा जा सकता है। 'सभी माग िईश्वर की ओर जाते ेहैं' -मन में इस बात का ध्यान रखो।

द्ववतीय अध्याय

सन्त और योगी

१.श्रीविे व्यास

एक महान् ्मुतन थेपराशर । उनकी पत्नी का नाम सत्यवती था । उनके एक तेजेस्वी पिु का नाम द्वैपायन था। सत्यवती िेवी मछुवारों की पिुी थी, लेककन उनके पिु (द्वैपायन) ववख्यात ऋवष थे े। उन्होंने कई ग्रन्थ ललखे। चारों विेों का ऋक्, यजुस्,् साम और अथव िनाम से उन्होंनेवगीकरण ककया। विेों का संकलन भी ककया। इसीललए उनका नाम विेव्यास पडा ।

उन्होंने'महाभारत' ग्रन्थ ललखा। उसमें संसार-भर का ज्ञान समाया हुआ है। उन्होंनेअष्टािश पुराण ललखे। उन्होंने 'विेान्त-सिू' ललखे। वह एक महान ज्ञानी थे।

उनके एक पिु थेशुक। वह भी बडेतेजस्वी ऋवष थे। उनको सवि ईश्वर - िशनि होता था।

व्यास की अपने गुरु के रूप में पजा करो। तुम्हें उनकी कृपा प्राप्त होगी। महवष िशुक के समान ऋवष बनो ।

२. श्री ववद्यारण्य मुतन

श्री ववद्यारण्य मुतन का िसरा नाम माधवाचाय िहै। अद्वैत-ज्ञान में श्री शंकराचाय िके बाि उन्हींका नाम ललया जाता है। चारों विेों पर उन्होंनेभाष्य ललखे; े 'पंचिशी', 'अनुभतत-प्रकाश', 'जीवन्मुततवववेक' आदि कई ग्रन्थ ललखे । वह महा तपस्वी थे। उन्हें गायिी िेवी का वर प्राप्त था। िक्षक्षण भारत में हम्पी के पास गायिी िेवी ने स्वणि–वृजृष्ट की थी।

हुतका और बुतका नाम के ो भाइयों की सहायता से उन्होंनेववजयनगर साम्राज्जय की स्थापना की थी। इसी से वह एक राष्ट्र-तनमातिा कहलातेहैं। उन्होंनेप्रजा को मुहम्मि त्रबन तुगलक तथा उसके उत्तरागधकाररयों के मिन और अत्याचार से बचाया था।

ववद्यारण्य एक आिश िमुतन थे।े तपस्या, सिाचार, ज्ञान और त्याग में तुम ववद्यारण्य के समान बनो ।

३. भगवान् ्बुद्ध

एक शातय राजा थे। उनका नाम शुद्धोिन था। उनका लसद्धाथ िनाम का एक पुि था। प्रारम्भ से ही लसद्धाथ िका हृिय बडा कोमल था। वह सब पर करुणा भाव रखते ेथे। एक दिन रास्ते में उन्होंनेएक शव िेखा, जजसेलोग कन्धे पर उिाये ले जा रहे थे। उन्हें पता चला कक वह भी एक दिन इसी प्रकार मरनेवाले हैं। िूसरी बार उन्होंनेएक चील को तनिियतापवूक एक फाखता खाते ेहुए िेखा। इसी प्रकार उन्होंनेकई करुणाजनक प्रसंग िेखे ।

संसार के िुःखों को िेख कर लसद्धाथ िबेचैन हो उिे उनको संसांर से वैराग्य हो गया। एक रात वह अपनी पत्नी, बच्चे, पररवार और राज्जय - सब कुछ छोड कर चुपुके से जंगल में चले ेगये। एक बोगध-वृकूष के नीचे ेबैि कर तपस्या करने लगे। उन्हें वहााँ ज्ञान की प्राजप्त हुई, बोध लमला और तब से वे 'बुद्ध' कहलाने लगे।

उन्होंनेसंसार को अदहंसा का उपिेश दिया। तुम भी बुद्ध का हृिय रखो। संसार के इततहास में बुद्ध का व्यजततत्व बहुत ही उत्कृष्ट है।

४. श्री शंकराचाय ि

श्री शंकराचाय िभारत के बहुत बडिाशतनिक थे। वे भगवान् ्लशव के अवतार थे। उन्होंनेबहुत ही छोटी आयु में संन्ंयास ले ललया था। वे बडे ज्ञानी थे। वे ईश्वर का वास्तववक स्वरूप जानतेथे।े दहन्िू-धम िउन दिनों लमटने ेही वाला था; तयोंकक बौद्ध-धम िप्रबल होता जा रहा था। श्री शंकराचाय िने उसे े(दहन्िू-धम िको) पुनजीववत ककया। वे अद्वैत वेिान्त के पररपोषक थे।

उपतनषद्, ब्रह्मसूि और भगवद्गीता पर उन्होंने भाष्य ललखे हैं। सोलह वष िकी अवस्था से पहले ेही वे सारे ज्ञान में पारंगत हो गये थे। शास्िाथ िमें उन्होंनेसभी पजण्ितों और ववद्वानों को परास्त ककया। वेिान्त के प्रारजम्भक ववद्यागथयों के ललए उन्होंनेएक पुस्तक ललखी है, जजसका नाम 'वववेक-चूडामखण' है।

श्री शंकराचाय िने लगभग १०८ ग्रन्थ ललखे ेहैं। भारत में जजतने ज्ञानी पुरुष पैिा हुए हैं, उन सबमें श्री शंकराचाय िबडेहैं । ३२ वष िकी आयु में उनका िेहावसान हो गया। अपनेजीवन की इसी स्वल्पावगध में उन्होंनेसारे भारतवष िको जगा दिया। शंकराचाय िकी जय हो !

५. गुरु नानक

लसख गुरुओंमें गुरु नानक प्रथम हैं। सन्१४६९्में तलवण्डी नामक स्थान में उनका जन्म हुआ था। उस स्थान को आजकल 'ननकाना साहेब' कहते ेहैं। वे लसख-धम िके प्रवतकि हैं। वे बचपन से ही धमात्मा थे।

नानक के वपता काल जी चाहते थेकक उनका पिु उन्हीं ंकी तरह ुकानिारी करे। नानक ने पढ़ाई-ललखाई छोड कर सारा समय सन्तों के साथ त्रबताना शुरू ककया।

ईश्वर की स्तुतत में उन्होंनेकई पि ललखे ेहैं। उन पिों को एक ग्रन्थ में संकललत ककया गया है जजसका नाम है 'ग्रन्थसाहेब' । लसख इस ग्रन्थ की प जा करते ेहैं। उन्होंनेदहन्ुओंऔर मुसलमानों में एकता स्थावपत करने की कोलशश की। ७० वष िकी आयु में सन्१५३९मेंउनकीमृतूयु हुई।

६. श्री वलसष्ठ महवष ि

ब्रह्मा के पिुों में महवष िवलसष्ठ जी परम तेजस्वी थे। ब्रह्मा के प्राण से उनका जन्म हुआ था। जन्म से ही वे ब्रह्मज्ञानी थे। आध्याजत्मक शजतत में वलसष्ठ की बराबरी करने वाला कोई ि स रा ऋवष नहींहुआ । वे साक्षात् ् भगवान् ्थे। उनकी शजतत का वणनि कदिन है।

ववश्वालमि नाम के एक ऋवष वलसष्ठ को हराना चाहते थे। ववश्वालमि ने हजारों वष ितक तपस्या की और कई दिव्य अस्त्र प्राप्त ककये। अब वे वलसष्ठ से युद्ध करनेलगे। वलसष्ठ ने केवल संकल्प-बल से उन सारे अस्त्रों को ववफल बना दिया। ववश्वालमि कुछ न कर सके। उनके सौ पिु और सारी सेना वलसष्ठ की अन्तुःशजतत से नष्ट हो गयी। वलसष्ठ की अन्तुःशजतत की और वलसष्ठ की जय हो !

वलसष्ठ एक आिश िमहवष िहैं। प्रततदिन उनकी पजा करो । 'योगवालसष्ठ' नामक ग्रन्थ में उनके सारे उपिेश लमलते हैं।

७. प्रभु ईसामसीह

प्रभुईसामसीह ईसाई धम िके प्रवतकि हैं। वे एक महान् ्योगी थे। वे पैगम्बर थे, ईश्वर का सन्िेश फैलाने वाले थे। उन्होंनेअनेक चमत्कार ककये। गरीबों और कोदढ़यों की सेवा की। कुमारी मररयम उनकी माता थीं।

भगवान् ्बुद्ध बौद्ध-धम िके प्रवतकि थेऔर वे भी पैगम्बर थे।े वे बडेकृपालु थे। वे एक राजकुमार थे। मुहम्मि रसल इस्लाम-धम िके प्रवतकि थे। वे भी नबी थे।

सभी धम िएक हैं। ककसी धम िसे द्वेष न करो। सब धमों से प्रेम करो। प्रत्येक धम िअच्छा है । सब धम ि ईश्वर तक पहुाँचने का माग िबताते हैं।

८. सन्तों की जीवतनयों का अध्ययन करो

सन्तों का जीवन-चररि पढ़ने सेतुम्हें ज्ञान लमलेगा। तुम भले ेबनोगे। तुममें सद्गुण ववकलसत होंगे। तुम ईश्वर का प्रत्यक्ष िशनि करोगे।

तुकाराम, ज्ञानेिव, एकनाथ और रामिास -ये सब महाराष्ट्र के महान् ्सन्त थे । गौरांग महाप्रभु बंगाल के बडेसन्त थे।

मीराबाई, सखुबाई—ये मदहलाए ाँमहान् ्सन्त थीं। गुरु नानक, कबीर, नरसी मेहता, तुलसीिास भी बहुत बडेसन्त थे।

सन्त जोसेफ, सन्त फ्रांलसस, सन्त पैदट्रक महान् ्ईसाई सन्त थे। ये सारे सन्त तुम्हारा कल्याण करें!

९. गोस्वामी तुलसीिास

गोस्वामी तुलसीिास श्री रामचन्द्र जी के महान् ्भतत थे। अपनी प्रगाढ़ भजतत के कारण उन्होंनेश्री राम का प्रत्यक्ष िशनि ककया था। वे अपनी पत्नी पर बहुत आसतत थे। उनकी पत्नी ही उनकी गुरु बनी।

उत्तर प्रिेश के बाँिा जजले ेमें राजापुर नामक गावाँ में सन् ्१५८९ में तुलसीिास का जन्म हुआ। जन्म से वे ब्राह्मण थे। पैिा होते ेसमय उनके मुहाँ में बत्तीसों िाताँ थे। जन्म के समय वे रोये नहींथे।

गोस्वामी तुलसीिास द्वारा रगचत 'श्रीरामचररतमानस' (रामायण) दहन्िी-संसार में एक अनोखी कृतत है। उत्तर प्रिेश में यह ग्रन्थ बहुत लोकवप्रय है। सारे उत्तर भारत में लोग इसे ेबडी श्रद्धा से पढ़तेहैं।

रामायण का पाि तनत्य प्रतत करो। कुछ चौपाइयााँकण्ठस्थ कर लो और गाओ।

१०.अजालमल

अजालमल एक श्रद्धालु ब्राह्मण थे। वह रोज ईश्वर की पजा करते ेथे। वह सबके प्रतत ियालु थे। अपने काम में वह बडेतनयलमत थे। वह एकािशी के दिन उपवास करते ेथे। वह एक आिश िमनुष्य थे। भगवान् ्नारायण के वह भतत थे। प्राथनिा-पजा आदि वह तनयलमत रूप से करते ेथे।

एक दिन वह जंगल में गये। वहााँउन्हें एक सुन्रि स्री लिमली। उस पर वह मोदहत हो गये। उससेववववाह कर ललया और तबसे ईश्वर का भजन-कीतनि उन्होंने छोड दिया। वह पत्नी के प्रेम में िब गये। उनके िाि पुि पैिा हुए। अब वह नाजस्तक बन गये ।

दिखायी दियेमृत्युकाल ि में उन्हें यमित जोर से गचल्लाने लगे। अपने छोटे लडके नारायण को अपनी सहायता के ललए पुकारने लगे। नारायण का नाम सुनते ही भगवान् ्ववष्णु ुके सेवक आ गये। और यमित ों को भगा कर उन्हें वैकुण्ि ले गये।

सविा नारायण का नाम लो। अजालमल ने जान-बझ कर नारायण का नाम नहींललया था, कफर भी भगवान् ्के आनन्िधाम पहुाँच गया। तुम श्रद्धा और भजतत के साथ ईश्वर का नाम लोगे, तो ककतना लाभ होगा !!

११. पुरन्िरिास

पुरन्िरिास नामक एक ब्राह्मण थे। वह बडेलोभी और कंज स थे। भगवान् ्कृष्ण ने उनके लोभ की परीक्षा लेनी चाही। वह एक लभखारी के रूप में आये और ब्राह्मण से लभक्षा मागाँी। ब्राह्मण ने कुछ भी िेनेसे इनकार कर दिया और िसरे दिन आनेको कहा। लभखारी िसरे दिन भी आया। उस दिन भी ब्राह्मण ने लभखारी को सिरे दिन आनेको कहा। लभखारी महीनों तक इसी तरह प्रततदिन आता रहा।

अन्त में एक दिन ब्राह्मण को बडा क्रोध आया और उसनेएक पैसा उिा कर लभखारी के मुहाँ पर फेंक दिया। लभखारी ने पैसा छोड दिया और ब्राह्मण के घर के वपछवाडे गया। ब्राह्मण की पत्नी ने अपनी नाक से नथ उतार कर उसे ेलभक्षा में िे िी। लभखारी वह नथ उसी ब्राह्मण के हाथ बेचे कर पैसा ले कर चलता बना ।

ब्राह्मण को पत्नी पर बडा क्रोध आया। पछा- “तुम्हारी नथ कहा ाँहै?” उसने कहा—“अभी म ैंअन्िर से लाती हाँ।” पत्नी भय के कारण ववष खा लेना चाहती थी, लेककन नथ अपनेस्थान पर रखी हुई उसे ेदिखायी पडी। नथ को उसनेअपने पतत के हाथ में रख दिया। पतत को बडा आश्चय िहुआ। तबसे वह सन्त और भगवान् ्का भतत बन गया ।

तृतीय अध्याय

भारत के वीर और वीरांगनाए ाँ

१.इनके समानबनो

मेरे वप्रय नारायण! भीष्म अथवा हनुमान् ्के समान ब्रह्मचारी बनो। हररश्चन्द्र के समान सत्यविाी बनो। कण ि के समान ाािर और अजुनि के समान वीर बनो ।

युगधजष्ठिर के समान धमात्मिा बनो। बुद्ध के समान कृपालु बनो । ध्रुव और प्रह्लाि के समान भतत बनो। बृहस्पतत के समान प्रततभाशाली, भीम के समान पराक्रमी और श्री राम के समान कतव्यिपरायण बनो ।

नगचकेता के समान ज्ञानी बनो।ज्ञानिेवकेसमानयोगीऔरलशवाजी के समान बहािुर बनो ।

२. राम और कृष्ण

भगवान् ्श्री कृष्ण सारे ववश्व के स्वामी हैं। राम और कृष्ण एक हैं। राम का जन्म अयोध्या में हुआ था और कृष्ण का मथुरा में । सीता राम की पत्नी थी और रुजतमणी कृष्ण की ।

राम के हाथ में धनुष था और कृष्ण के हाथ में मुरली थी। राम ने रावण का संहार ककया और कृष्ण ने कंस का नाश ककया।

राम मयाािापुरुषोत्तम हैं, कृष्ण लीलापुरुषोत्तम। राम के भाई लक्ष्मण थेऔर कृष्ण के भाई बलराम । सीताराम बोलो, राधेश्याम बोलो।

३. श्री हनुमान् ्

श्री हनुमान् ्पवनिेव (वायु) के पुत्र हैं। उनकी माता का नाम अंजनी िेवी है । वह राम के महान् ्तनष्ठावान् ् सेवक तथा ित हैं। वह बडे बलशाली वीर हैं। वह अखण्ड ब्रह्मचारी हैं।

उन्होंनेलंका को भस्म ककया। उन्होंनेसीता को श्री राम की अगाँाठी िी और सीता जी की चडामखण ला कर श्री राम को िी। रावण-पुत्र अक्षयकुमार का उन्होंनेसंहार ककया।

हनुमान् ्की तरह पराक्रमी और ब्रह्मचारी बनो। हनुमान् ्की पजा करो। गाओ :

जय जय सीता राम की।

जय बोलो 'हनुमान् ्की ॥

४. भीष्म

भीष्म महान् ्वीर थे। वह ज्ञानी भी थे। वह न्यायवप्रय, धमात्मिा और सत्यविाी थे। वह जो कहते ेथे, वही करते ेभी थे ेऔर वह वही कहते ेथेजो उन्हें करना होता। वह ब्रह्मचारी थे।

उनके वपता का नाम था शान्तनु और माता का गंगा िेवी। अपने वपता को प्रसन्न करने के ललए उन्होंने राज्जय का त्याग ककया। पिुोगचत कतव्यि पालन करने के ललए उन्होंनेमहान् ्त्याग ककया।

उन्होंनेअपनी इच्छा सेशरीर-त्याग ककया। राजा युगधजष्रि को उन्होंनेशरशय्या पर पडे-पडेधम िका उपिेश दिया। वह सन्त-कोदट के योद्धा थे। हे नरेन्ि, तुम भी भीष्म के समान बनो ।

५. िौपिी

िौपिी पाण्डिों की पत्नी थीं। कतव्यितनष्ठा, उिारता, सत्य, भजतत, पाततव्रत्य, धमपिरायणता आदि की वह साकार मतत िथीं। वह राजा िुपि की पुिी थीं। उनके भाई का नाम धृष्टद्युम्न था ।

उन्होंनेभगवान् ्लशव से सुयोग्य पतत का वरिान पाचँ बार मागाँ था; इसललए भगवान् ्ने वर दिया कक अगले ेजीवन में उनके पाचँ पतत होंगे। एक यज्ञ की अजग्न से उनका जन्म हुआ था।

भगवान् ्कृष्ण ने उन्हें अनन्त वस्त्रों का िान दिया और उनकी लाज बचायी। िौपिी कृष्ण के प्रतत अगाध श्रद्धा रखती थीं। अजुनि ने स्वयंवर में उन्हें प्राप्त ककया।

६.सीताके समानचमको

वप्रय लीला! सीता भगवान् ्राम की पत्नी हैं और राजा जनक की पुिी। रामायण की वह नातयका हैं।
संसार भर में सबसे अगधक गुणवती और आिश िमदहला सीता हैं। भारतीय नारी के ललए सीता आज भी आिश िहैं।
वह लक्ष्मी िेवी की अवतार हैं।

वह पववि थीं, उनका जीवन सिाा था और राम के प्रतत प्रगाढ़ श्रद्धा रखती थीं। वह एक आिश िपत्नी थीं। पववता और सदहष्णुता की वह मत िरूप थीं। वह आिश िपततव्रता थीं। उन्होंनेअजग्न-परीक्षा िी। सीता जी के व्यजततत्व में सौन्यि िके साथ पववता, सािगी, भजतत और त्याग के गुण लमगश्रत थे।

तुम सब सीता के समान चमको ! तुम सबमें सीता के गुण आयें! सीता की कृपा तुम सब पर हो !

७. भगवान् ्कृष्ण और अजुनि

भगवान् ्श्री कृष्ण तीनों लोकों के स्वामी हैं। वह श्री ववष्णु ुभगवान् ्के प ण िअवतार थे। उनमें सोलहों कलाए ाँथीं। अजुनि एक पराक्रमी वीर थे। वह पाण्डु के तीसरे पुि थे। वह स्वगागिधपतत इन्द्र के अंश से जन्मे ेथे।

वह श्री कृष्ण के तनष्ठावान् ्लशष्य थे। श्री कृष्ण उनसे ेप्रेम करते ेथे।

महाभारत के युद्ध में श्री कृष्ण अजुनि के सारगथ बने थे। अजुनि के भाई पाण्डवों को श्री कृष्ण ने ववजय दिलायी।

रण-क्षेि में जब अजुनि ववषाि से ग्रस्त हुए, तब श्री कृष्ण ने उन्हें भगवद्गीता का उपिेश दिया और अपने ववश्व-रूप का िशनि कराया। अजुनि अत्यन्त भाग्यशाली थे; े तयोंकक श्री कृष्ण के श्रीमुख से वह गीता के उपिेश सुन सके। श्री कृष्ण ने अजुनि के माध्यम से सारे संसार पर उपकार ककया। अजुनि और कृष्ण नर और नारायण थे।

८. शकुन्तला

शकुन्तला मेनका और ववश्वालमि की पुिी थीं। कण्व ऋवष उसके पालक-वपता थे। शकुन्तला ने िुष्यन्त से वववाह ककया। उसने िुष्यन्त से वचन ललया कक उसका पुि राजगद्दी पर बैठनेका अगधकारी होगा। उनके एक पुि जन्मा । वही भरत के नाम सेप्रलसद्ध हुआ ।

शकुन्तला अपनेपुि को ले कर िुष्यन्त के िरबार में गयी और भरत को युवराज के रूप में स्वीकार करने को कहा। िुष्यन्त ने कहा कक 'मुझे कुछ याि नहीं ंहै।'

तब िुष्यन्त को आकाशवाणी सुनायी िी— "अपने पुि को आश्रय िो। शकुन्तला सत्य बोल रही है।" आकाशवाणी सुन कर िुष्यन्त ने भरत को युवराज के रूप में स्वीकार ककया। भरत एक सुप्रख्यात राजा बना। उसी के नाम पर इस िेश का नाम भारतवष िपडा।

हे माधव! अपने वचन पर हर मल्य पर िटे रहो। सत्य की ही जय होती है, असत्य की नहीं।

९. सावविी और सत्यवान् ्

सावविी राजा अश्वपतत की पुिी थीं। वह बडी सुन्रि और सुशील थीं। राजा द्युमत्सेन के पुि सत्यवान् ् (जो अपने राज्जय से तनवालिसत कर दिये गये थे) के साथ सावविी का वववाह हुआ।

नारि ऋवष सेसावविी को माल म हुआ कक उसके पतत एक वष ि के अन्रि मर जाने वाले हैं। कुछ दिनों के बाि उन्हें पता चला कक आज सेचार दिनों बाि उनके पतत का िेहान्त होनेवाला है। उन्होंनेअजन्तम तीन रातों तक व्रत रखा।

सत्यवान् ्के साथ वह भी वन में गयीं। उसके प्राण ले जानेके ललए यम आया। लेककन सावविी यम के साथ लडती रहीं ंऔर अपने पाततव्रत्य के बल पर पतत को वापस ले आयीं।

हे सुशीला ! सावविी के समानपववविरहो।

१०. नल और िमयन्ती

नल तनषेध राज्जय (जजसे ेआजकल बरार कहते ेहैं) के राजा वीरसेन के पुि थे। वह बडेसुन्रि और सिाचारी थे। वविभ ि के राजा भीम की पुिी िमयन्ती से उन्होंने स्वयंवर में वववाह ककया।

चौपड के खेल में नल ने अपना राज्जय और सारी सम्पवत्त गाँवा िी। केवल एक वस्ि के साथ वह राज्जय छोड कर चल पडे। िमयन्ती भी उनके साथ चली।

वन में नल िमयन्ती को छोड कर चल दिये। िमयन्ती चेदि िेश के राजा के महल में िहरी। नल अयोध्या के राजा के अस्तबल में काम करने लगे। िमयन्ती को उसके वपता घर वापस ले आये। उसका िस रा स्वयंवर रचा गया। नल भी आये। स्वयंवर में नलऔरिमयन्तीकफर लमल गये। नल ने अपना राज्जय जीत ललया।

११. कण ि

कण िमहाभारत के एक महान् ्योद्धा थे। वह अपनी िानवीरता के ललए प्रलसद्ध थे। वह मा ाँकुन्ती के गभ ि से ही स्वण–कवच और कण–कुण्लि ले कर जन्मे ेथे। उनका जन्म िुवासा ऋवष द्वारा कुन्ती को दियेगये सय–मन्ि का जप करने के फल-स्वरूप हुआ था ।

कुन्ती ने अपनेपुि को निी में फेंक दिया और उसे ेअगधरथ नामक एक धीवर ने उिा ललया जो कक िुयोधन का सारगथ था। कण िने परशुराम से धनुववद्या सीखी।

कण िककसी प्रकार से भी अजुनि से कम नहींथे। अजुनि के रथ को भलम में धसााँ कर श्री कृष्ण ने उसकी (अजुनि की) रक्षा की, अन्यथा कण िअजुनि को मार िेते े। कण िका संहार अजुनि के हाथों हुआ।

१२. ध्रुव

एक राजा था। उसका नाम उत्तानपाि था। उसकी िो रातनयााँथीं— सुरुगच और सुनीतत । सुनीतत का एक पुि था जो बडा सुशील था । उसका नाम ध्रुव था । सुरुगच उससे घृणा करती थी। उसने उसे ेराजमहल से बाहर कर दिया। इससे बालक बहुत िुःखी हुआ। वह भगवान् ्की कृपा से अपनेवपता के राज्जय के समान िस रा राज्जय पाने की कोलशश करने लगा।

नारि ऋवष ने बालक ध्रुव को 'ॐ नमो भगवतेवासुिेवाय' मन्ि का उपिेश दिया। ध्रुव ने उस मन्ि का जप ककया। वह बडी तनष्िा से तपस्या करते ेरहे। आहार लेना भी उन्होंने छोड दिया। तब भगवान् ्वासुिेव उनके सामनेप्रकट हुए। केवल स्पश िसेभगवान् ्ने उन्हें दिव्य ज्ञान िे दिया।

भगवान् ्के अनुग्रह से ध्रुव ने नक्षि पिवी प्राप्त की। उन्हें शाश्वत सुख लमला, परम आनन्ि की प्राजप्त हुई । तनत्य प्रतत 'ॐ नमो भगवते वासुिेवाय' मन्ि का जप करो।

१३ प्रह्लाि

.

दहरण्यकलशपु नामक एक राक्षस था। उसनेतपस्या करके ब्रह्मा जी से यह वरिान प्राप्त ककया कक संसार में उसे ेकोई िेव, िानव या मानव मार न सके। उसे ेईश्वर के नाम से घृणा थी। भगवद् भततों को वह बहुत कष्ट िेता था और उन्हें मार िालता था ।

प्रह्लाि नामक उसका एक पुि था । प्रह्लाि भगवान् ्हरर के परम भतत थे। उन्हें दहरण्यकलशपु ख ब पीटता था और हरर का नाम लेनेसे मना करता था । प्रह्लाि अपनेवपता की बात अनसुनी करके सिा ईश्वर की मदहमा गाते रहते ेथे। उनके वपता ने उन्हें मार िालने का बहुत बार प्रयत्न ककया। लेककन सभी ववपवत्तयों से भगवान् ्ने उन्हें बचाया। भगवान् ्के प्रतत दहरण्यकलशपु की घृणा अपनी आखखरी सीमा तक पहुाँच गयी। अन्त में भगवान् ्नरलसंहं का अवतार ले कर आये। उन्होंनेदहरण्यकलशपुका संहार ककया और प्रह्लाि की रक्षा की।

तुम भी प्रह्लाि के समान बनो ।

१४. लशवव

लशवव स यवंशी राजा थे। काशी उनकी राजधानी थी। वह िान के ललए ववख्यात थे। एक बाज से िर कर एक कब तर उनकी शरण में आया। लशवव ने उसे ेउसके प्राणों की रक्षा का वचन दिया।

बाज की भ ख लमटानेके ललए लशवव कब तर के बिले ेअपनेशरीर का मांस काट कर िेनेलगे। जब उनका सारा शरीर कट गया, तब बाज और कब तर — िोनों अपने असली रूप में (िेवताओंके रूप में) प्रकट हुए और उन्हें कई वर दिये। वह स्वण िके ववमान पर चढ़ कर स्वग िगये।

करुणा से बढ़ कर िस रा कोई गुण नहीं ंहै। कालशराज लशवव ने स्वग िऔर अमर यश प्राप्त ककया। हे वप्रय लशवराम! िुबुलिों की रक्षा करो।

१५. शबरी

शबरी जंगलों में रहने वाली भील जनजातत की मदहला थीं। वह श्री राम की भतत थीं। वह बहुत धमतिनष्ि थीं। अपने वनवास के समय श्री रामचन्द्र शबरी के आश्रम में पधारे थे। शबरी ने राम को अघ्य िप्रिान ककया और कुछ फल भी खखलाये, जजन्हें उन्होंनेपहले ेखुि चख कर िेखा कक वे मीिे हैं या नहीं। चाँक क शबरी ने उन फलों को बडी भजतत के साथ अवपति ककया था, इसललए राम ने जि ेहोनेपर भी उन्हें बडेस्वाि के साथ खाया।

वस्तुतुः प्रेममय हृिय ही मुख्य वस्तु है। ईश्वर बहुमल्य भोग नहींचाहता । जो सच्चा भतत भगवान के चरणों में अपनेको पणतिया समवपति कर िेता है, भगवान्उसकेिासबन जाते ेहैं।

१६. अम्बरीष

एक सयवंशी राजा थे। उनका नाम अम्बरीष था। वह भगवान् ्वासुिेव के बडे भतत थे। वह एकािशी का व्रत रखते ेथे। एक बार द्वािशी के दिन उन्होंने भगवान् ्की पजा की और ब्राह्मणों को भोज दिया। वह भी आहार ग्रहण करने वाले थे, इतने में ऋवष िुवासा आये। राजा नेउनका स्वागत ककया। ऋवष स्नान के ललए निी पर गये। बहुत िेर तक लौटे नहीं। राजा ऋवष से पहले ेभोजन नहीं कर सकते थे, इसललए पारण करनेके ललए केवल पानी पी ललया ।

िुवासा स्नान करके आये। राजा ने पानी पी ललया था, इससे ेवे बडेक्रुद्ध हुए। अम्बरीष का संहार करने के ललए उन्होंनेएक राक्षस की सृजष्ट की। लेककन भगवान् ्ने उनकी रक्षा के ललए अपना चक्र भेज दिया। उस चक्र ने राक्षस का संहार कर दिया और िुवासा पर भी आक्रमण करने लगा। ऋवष भय से भागने लगे। वह वासुिेव की

शरण गये। प्रभु ने कहा- "म ैंकुछ नहींकर सकता, अम्बरीष की ही शरण में जाओ।" तब अम्बरीष ने भगवान् ्की स्तुतत की और चक्र को शान्त ककया। इस प्रकार अम्बरीष ने ऋवष की रक्षा की।

प्यारे बच्चो ! अपनी सत्ता या सम्पवत्त का घमण्ि न करो। घमण्ि पितन की ओर ले जाता है ।

१७. राजा ववक्रमादित्य

श्री रामचन्ि के बाि राजा ववक्रमादित्य ही भारत के सबसे महान् ्पराक्रमी और महान् ्राजा हुए। वीरता में वह सय ि के समान थे। उनका शासन बहुत ियामय तथा सद्भावपण थ िथा। उनका शासन-काल भारत में स्वण ि युग माना जाता है।

उनके िरबार में नौ रत्न थे। उन रत्नों में काललिास भी एक थे। उन्होंने संस्कृत-सादहत्य का पुनरुत्थान ककया। समचे ेभारत पर उनका आगधपत्य था ।

उनके शासन काल में सवि शाजन्त, प्राचुय ि और समृद्गध थी। लोग घरों में ताला नहींलगाते ेथे। कहीं ंभी चोरी का नाम नहींथा। सारी प्रजा प्रसन्न थी। राजा बडेभतत और धमि–प्रेमी थे। वह चौंसि कलाओंमें तनपुण थे। अष्ट लसद्गधया ाँऔर नव-तनगधयााँ उनके अधीन थीं।

उनका लसंहासन बत्तीस लसंहों के ऊपर जस्थत था। वह बडे न्यायी, धमात्मा और ियालु थे।े चीन िेश के एक यािी फादहयान ने उनके शासन के ववषय में ललखा है। उनके राज्जय-काल में सारे िेश में लशक्षा और संस्कृतत का खब ववकास हुआ था । सचमुच में वह राज-वैभव की पराकाष्ठा तक पहुाँच गये थे।

१८. हररश्चन्ि

हररश्चन्ि वाराणसी के राजा थे। वह सिा सत्य बोलते ेथे। उनका नाम सत्य का पयाय िहो गया था। उन्होंनेबडेन्याय और कुशलता से राज्जय ककया।

ववश्वालमि ऋवष ने कई प्रकार से उनकी परीक्षा ली। हररश्चन्ि को राज्जय से बाहर भेजे दिया गया। उन्हें उनकी रानी से अलग कर दिया गया। उनका पुि सापााँ के काटने से मर गया। उन्हें अपने पुि का िाह संस्कार स्वयं करना पडा। ववश्वालमि ने उन्हें असत्य बोलने के ललए वववश करने का परा प्रयत्न ककया, पर वह कभी असत्य नहींबोले ।

भगवान् ्लशव उनकी सत्यतनष्ठा से प्रसन्न हुए। उनका मृतृ पिु कफर जी उिा। भगवान् ्लशव ने कहा- "हररश्चन्द्र, तुम मेरे सच्चे भतत हो। म ैंतुम पर प्रसन्न हाँ। परे जीवन में तुम एक भी असत्य नहींबोले। म ैंतुम्हें तुम्हारा सारा राज्जय, धन और सम्पवत्त लौटा िेता हाँ। पत्नी-पिु सदहत अपनेमहलों को लौट जाओ। सुख से रहो। तुम्हारा नाम संसार में हमेशा प्रलसद्ध रहेगा। तुम्हें लोग सत्यविी के रूप में स्मरण करेंगे।े तुम्हें सुख लमले े!"

ऊँचा ध्येय रखो । हररश्चन्द्र के समान बनो। मृतूयु का भय उपजस्थत होनेपर भी असत्य न बोलो। जीवन सािा रखो। ववचार उच्च रखो। तुम्हें सभी प्रकार का वैभव और सफलता लमलेंगे े!

चतुथ िअध्याय

महाकाव्य और महापुराण

१.महाभारतयुद्ध

ियुोधन के अन्धे ेवपता का नाम धृतराष्ट्र था। ियुोधन न्यायी और सुशील नहीं था। उसने पाण्डु के पिुों का राज्जय जुए में जीत ललया।

महाभारत का युद्ध हुआ। अजुनि और भीमिोनों खब वीरता के साथ लडे। उन्होंने धृतराष्ट्र के कई पिुों (कौरवों) को मार िाला।

कौरवों के सेनापतत भीष्म अजुनि के हाथों घायल हुए। अन्त में पाण्डवों की ववजय हुई |

२. पाण्डव

बहुत वर्षों पहले ेभारत में पाण्डु और धृतराष्ट्र नामक ो महान् ्राजा थे। पाण्डु के पुि पाचाँ थे।

सबसे बडेपुि का नाम युगधजष्ठिर था। युगधजष्ठिर धमात्मा और सद्गुणी थे। िसरे पुि का नाम भीम था। वह बहुत बलवान् ्और महान् ्योद्धा थे। तीसरे पुि अजुनि थेजो धनुववद्या में कुशल थे ।

अजन्तम ो पुि – नकुल और सहिेव — जुडवााँभाई थे। सारे भाई बहुत भले, प्रततभाशाली, न्यायी और सिाचारी थे। वे पाण्डव कहलातेथे।

३. कौरव

सबसे धृतराष्ट्र जन्म सेअन्धेथे। उनके एक सौ पुि थे। िुयोधन बडा पुि था।

िुयोधन का भाई िुःशासन था। िौपिी के बाल खींचने वाला यही था। तब भीम ने प्रततज्ञा की थी कक वह िुःशासन का रतत पान करेगा। अन्त में उसकी प्रततज्ञा प री हुई।

धृतराष्ट्र के सभी पुि बहुत अन्यायी और दृष्ट थे। उन्हें पाण्डवों के प्रतत बहुत ईर्ष्या ि थी। वे कौरव कहलाते थे। कौरवों और पाण्डवों की कथा। महाभारत नामक ग्रन्थ में ललखी हुई है।

४. रामायण पढ़ो

मेरे वप्रय कृष्ण! प्रततदिन रामायण पढ़ो। तुम अच्छे बच्चे ेबनोगे। भगवान् ्राम तुम्हें आशीवाि िेंगे। भगवान् ्राम िशरथ के पुि थे े| वह अयोध्या के राजा थे। उनकी पत्नी का नाम सीता था। लक्ष्मण, भरत और शिुघ्न उनके भाई थे। कौशल्या राम की माता थीं।

अपनेभाइयों से लक्ष्मण के समान प्यार करो। भगवान् ्राम के अनुचर हनुमान् ्की तरह पववि और वीर बनो।

अयोध्या के िशनि कर आओ। अयोध्या एक तीथि–स्थान है। सरय निी में स्नान करो। अपने माता-वपता से कहो कक वे तुम्हें अयोध्या ले जाय।ें

५. रामायण का सार

भगवान् ्राम हरर के अवतार हैं। िुष्ट रावण ऋवषयों को सताया करता था। उसका संहार करने के ललए राम ने जन्म ललया। रावण लंका (जजसे ेआजकल श्रीलंका कहते ेहैं) का राजा था।

भरत की माता कैकेयी ने राम को वन में भेजा। राम अपनी पत्नी सीता और भाई लक्ष्मण के साथ िण्कि वन गये। रावण साधु ुके वेश में आया और सीता जी का हरण कर ले गया। राम ने सुग्रीव के साथ लमिता की। हनुमान् ्राम के सेवक और ित बने ।

राम और रावण के बीच भयंकर युद्ध हुआ। राम ने रावण का संहार ककया और सीता को वापस ले आये। राम अपने सागथयों सदहत अयोध्या लौट आये। वह अयोध्या के राजा बने। उनका राज्जय रामराज्जय कहलाता था। रामराज्जय में सवि सुख, शाजन्त और समृद्गध थी।

६. गीता

(१)

अजुनि कौरवों से युद्ध करनेगये। श्री कृष्ण उनके सारगथ थे। अजुनि ने िखा कक उनके सगे–सम्बन्धी ही उनसे ेयुद्ध करने के ललए खडे ेहैं। वह कृष्ण से बोले – "हे कृष्ण ! ये सारे प्रततपक्षी लोग मेरे ही सम्बन्धी हैं। उन्हें मारने का पाप मुझसे न होगा। उनसे ेम ैंलडना नहींचाहता। उन्हें म ैंमार नहींसकता । हे कृष्ण! मेरी समझ में कुछ नहीं ंआ रहा है। म ैंआपका लशष्य हाँ। मुझे रास्ता दिखाय।ें"

भगवान् ्कृष्ण ने कहा- "हे अजुनि! तुम्हें युद्ध करना ही चादहए। उसमें कोई पाप नहींहै। क्षत्रिय के नाते े यह तुम्हारा धम िहै। अपने धम िको मत छोडो। यह गलत है। मृतूयु पयन्ति तुम्हें अपना धम िपालन करना ही चादहए। जय और पराजय, सुख और ि:ख सब एक ही हैं। उन्हें समान समझो ।

"तुम्हें केवल कम िकरना चादहए। यह न सोचो कक उससेतुम्हें तया लमलने वाला है। िखो, म ैंयहााँह ाँ। म ैं ईश्वर हाँ । म ैंतुम्हारे साथ हाँ। जाग जाओ। प्रसन्न होओ। मेरी पजा करो। म ैंसारे जग का स्वामी ह ाँ।"

(२)

श्री कृष्ण अजुनि से बोले - "हे वीर! तुम जो कुछ भी करते ेहो, सब मुझे अपणि करो; तयोंकक म ैंही भगवान् ् हाँ। ककसी प्रकार का मानलसक ताप न रखो। तुम्हें अपना कतव्यि-कम िकरना चादहए; परन्तु उसके फल की आशा नहींरखनी चादहए। यही धम िहै। ऐसा करने पर तुम योगी बनोगे े। पुष्प, जल, अजग्न आदि िव्य से ईश्वर की पजा का पररत्याग नहींकरना चादहए। जो कुछ भी कम िनहीं करता, वह सच्चा योगी नहीं है। तुम अपनेस्व-धम िका पालन करो; परन्तु उसके फल की अपेक्षा मत रखो।

"इन सब योद्धाओं का मनैं पहले ेही अपनी दिव्य शजतत से संहार कर दिया है। म ैंसारा संसार नष्ट कर सकता ह ाँ। मुझे ेतुम्हारी अपेक्षा नहींहै। तुम केवल एक तनलमत्त हो ।

"अपना गचत्त मुझमें लीन करो। अहंकार का त्याग करो। तुम्हारे हृिय में तथा सबके हृिय में ईश्वर है। उसकी शरण में जाओ। म ैंही वह ईश्वर हाँ। सभी धमों का त्याग करो, मेरी शरण में आओ। म ैंतुम्हें मोक्ष िाँगा और तुम्हारी सहायता करूाँगा।"

७. श्री कृष्ण और उद्धव

श्री कृष्ण की इहलौककक-लीला समाप्त होने को आयी थी। उनके तनष्ठावान् ्मन्त्री और लशष्य उद्धव उनकी स्तुतत करते-करते ेउनके सामने रो पडे। वह श्री कृष्ण का ववयोग सहन नहींकर सकते ेथे। उन्होंने भगवान् ् से कहा- "हे कृष्ण। मुझे यहााँ छोड कर मत जाइए। म ैंआपके त्रबना रह नहींसकता।"

श्री कृष्ण ने उद्धव से कहा-"मेरे परम लमि! शोक न करो। इस मेरे जस्थतत में तुम पास नहींआ सकोगे।े अपनेको शुद्ध करो। मेरे परम स्वरूप का ध्यान करो। म ैंईश्वर ह ाँ। म ैंही सब कुछ ह ाँ। म ैंइस ववश्व का स्रष्टा, पालक और संहारक हाँ। स्थल इजन्ियों सेम ैंगोचर नहींहोता। म ैंमन और बुद्दध की पहुाँच से भी परे ह ाँ।

"बिरीनाथ जाओ। वहााँमेरे धाम में मेरा ध्यान करो। म ैंतुम्हें अपनेहृिय में रख लाँ गा।" उद्धव के समान भगवान् ्की पजा करो।

पंचम अध्याय

स्वास्य् और ब्रह्मचय ि

१.स्वास्य्औरब्रह्मचयि

अपनेस्वास्य् काध्यान रखो । लमिाई अगधक मतखाओ । आवश्यकता से अगधक खा कर पेट पर बोझ न िालों । प्याज, लहसुन, मांस मछली न खाओ । िध, फल, परवल, लौकी और पालक खाओं ं।

प्रततदिन िंिपानी से स्नान करो । खुरिुरे तौललये से शरीर को रगडो । रोज साबुन का उपयोग न करो । निी में िुबकी लगाओ । खुली हवा में िौड लगाओ । तनयलमत रूप से आसन करो । शीषासिन, सवागांासन, मत्स्यासन और भुंजगासन करो । िण्-बिैक लगाओ । सुबह-शाम ध प का सेवन करो । थोडी िेर तक गहरी सासेँ लो ।

२. ब्रह्चय ि

ववचार, वाणी और कम िकी शुद्धता का नाम ब्रह्मचय ि है। ब्रह्मचय िके पालन से अच्छा स्वास्, अन्त:शजतत , मानलसक शाजन्त, िीघ िआयु और ईश्वरि–शनि प्राप्त होते ेहैं । नैजष्कि ब्रह्मचारी सारे ववश्व को दहला सकता है ।

ब्रह्मचय िबल सेलक्ष्मण जी रावण-पुि मेघनाथ का संहार कर सके थे। पाण्िवों और कौरवों के वपतामह भीष्म ने ब्रह्मचय िके ही बल से मृतूयु पर ववजय पा ली थी। ब्रह्मचय िसे ही हनुमान् ्महावीर बने ।

ब्रह्मचय िसेतुम्हें अनुपम स्वास्् लमलेगा। ब्रह्मचय िका पालन करने से िीघ िआयु, परम सुख, शजतत, तेज, बल, स्मरण शजतत, ज्ञान, वैभव और अक्षय कीतत िकी प्राजप्त होती है तथा सद्गुणों और सत्यतनष्ठा िका ववकास होता है। तनयलमत रूप से जप, कीतनि, प्राथनिा, ध्यान और सवागांासन करो। शुद्ध शाकाहारी भोजन ग्रहण करो। तुम एक तेजेस्वी ब्रह्मचारी बनोगे े।

३. स्वास्् के ललए उपवास करो

हे शंकर! पेट िुखुता है तो खाना छोड िो। उपवास करो। एरण्ि के तेल की एक खुराक ले लो। गगलास भर गरम पानी वपओ । उपवास से बहुत लाभ होगा।

सिा अपनेपेट में िवाएँन भरतेरहो। प्राकृततक जीवन जजओ । प्रातुःकाल और सायंकाल धप-स्नान करो। तनयलमत व्यायाम करो । फल और टमाटर का रस लो। तुम्हारा स्वास्् सुन्िर रहेगा।

तुम स्वयं अपना िातटर बनो। िातटर के पास न जाओ। शुद्ध वायु, शुद्ध जल, धप, पौजष्टक आहार—ये उत्तम औषध हैं। सिा प्राकृततक जीवन त्रबताओ।

४. मानव शरीर

मनुष्य का शरीर हड्िी, मांस, वसा और रतत से बना है। छाती और पेटे के अन्िर कई प्रकार के अवयव हैं। उनमें खाना पहुँचता है और हजम होता है। मिाशय में मि रहता है। यकृत में वपत्त पिा होता है। मन दिमाग में रहता है। वह सोचने और अनुभव करने का काम करता है।

अमर आत्मा ह्रिय में बसता है। िोनों आखेँ खखडकी हैं, जजनके द्वारा आत्मा िेखता है। शरीर मरता है; पर आत्मा बना रहता है। तुम वस्तुत: अमर आत्मा हो।

५. सिा शुद्ध और पववि रहो

सफाई िेवत्व के समतोल है। सफाई रखने ेसे शरीर में फुरती बनी रहती है। साफ रहोगे,े तो स्वस्थ रहोगे। प्रततदिन िर्णपानी से नहाओ। िाताँ अच्छी तरह से साफ करो। स्वच्छ वस्ि पहनो। अपनेकपडे रोज धोओ। ववचार, वाणी और कम िमें भी सिा स्वच्छ रहो।

अपना कमरा खब साफ करो। कडा, धल और रद्िी को हटाओ। रोज झािा लगाओ। कई रोग भाग जायगें।

साफ रहोगे,े तो तुम्हारे लशक्षक तुम्हें पसन्द्किरेंगे। सब लोग तुम्हें चाहेंगे। तुम्हारा व्यजततत्व बदढ़या दिखेगा। गर्न्िमिनुष्य सेसब घृणृा करते ेहैं।

अपनी नोटबुक साफ रखो। प्रश्नों के उत्तर तुम साफ ललखोगे,े तो परीक्षक प्रसन्न होगा। वह तुम्हें ववशेष योग्यता के अंक भी िेगा।

६. छह उत्तम वैद्य

धप, पानी, हवा, भोजन, व्यायाम और आराम -ये छह उत्तम वैद्य हैं। इस बात से कोई इनकार नहींकर सकता। ये वैद्य तुमसेएक भी पैसा नहींमागँगेे। इनका इलाज सिा तनुःशुल्क होता है। इनसे ेमुफ्त इलाज कराओ और सुखी तथा स्वस्थ रहो।

धप-स्नान बडा अच्छा टातनक है। उससेअद्भुत शजतत लमलती है। उससेववटालमन िी लमलता है और सभी चमरोग लमटते ेहैं। धप बडी सस्ती कीटाणुनाशक औषध है। वह सभी ववषैलेकीटाणुओं को नष्ट कर िेती है। प्रततदिन धप में कुछ समय नंगे ेबिन रहो। शुद्ध वायु तुम्हारे ख न की सफाई करेगी।

शुद्ध जल सेस्वास्् बनता है। हलके और पुजष्टकर आहार से तुम स्वस्थ और बलवान् ्बनोगे। सडी-गली चीजें, सडे और कच्चे फल कभी न खाना। तनयलमत रूप से व्यायाम करो। आराम करो।

७. अपच का इलाज

आम खा कर अपच हो जाये, तो िध पीओ। घी अगधक खाने ेसे अपच हो जाये, तो नींब का रस लो। केला खाने े से अपच हो जाये, तो साभाँर नमक खाओ। केक खाने ेसेअपच हो, तो गरम पानी वपयो। िध से अपच हुआ हो, तो मट्ठा विपओ। कटहल से अपच हुआ हो, तो केला खाओ।

नाररयल से अपच हो गया हो, तो थोडा-सा चावल खाओ। िाल से अपच हो, तो थोडी चीनी खाओ। पानी का अपच हो, तो जरा शहि लो। खबानी फल से अपच हो, तो खब पानी वपओ ।

८. सय िकी ककरणों से आखँों की ज्जयोतत बढ़ती है

आखँों का अगधष्ातृ िेृव सय िहै। वह स्वास््, तेज और जीवन-शजतत िेता है। रोज सुबह-शाम आखेँ बन्ि करके धप में बैिो। लशर को बाय ेंऔर िाय ेंकन्धों की ओर धीरे-धीरे बारी-बारी से झुकाओ। लगभग िश लमनट तक अपनी बन्िआखँों पर सय िकी ककरणें पडनेिो।

अब छाया में आ जाओ। अपनी हथेली से िोनों आखोँ को लगभग पाचँ लमनट तक ढके रखो। ऐसा करते े समय आखँ की पुतली पर कोई िबाव न पडनेपाये।

इससे िेखने ेकी शजतत बढ़ेगी। चश्मे ेकी आवश्यकता नहीं ंरहेगी। एक या िो सप्ताह तक इसका अभ्यास करो। यह अभ्यास एक महीने तक भी जारी रख सकते हो।

९. प्राथलमक उपचार सीखो

स्काउट बनो। प्राथलमक उपचार सीखो। कोई िुघुटिनाग्रस्त हो जाये.. तो उसकी सेवा कर सकते हो। पट्टी बाधँना सीखो। खन बहता हो, तो कपडे का टुकडा तह करके ख न को उससेया रूई से िबा कर रोको और उस पर पट्टी बाधँ िो। कहीं ंकट जाये, तो साफ पानी से धोओ और आयोिीन या दटंचंर बेन्जाइन लगाओ।

अवस्तार (स्ट्रेचर) न हो, तो उसके स्थान में कोट काम में लाओ। नाक से ख न बहता हो, तो नाक की ऊपरी हड्डी पर और गरिन के पीछे के भाग पर बरफ का टुकडा रखो। स्तब्धता (शाक) की िशा में रोगी को कम्बल से लपेट कर उसका शरीर खब गरम करो। गरम काफी या चाय वपलाओ।

खन को बहनेसे रोकने के ललए कफटकरी के घोल का प्रयोग करो। यह घोल तैयार करके कपडे या रूई का टुकडा उसमें लभगो लो। कफर इस भीगे हुए कपडे को घाव पर रख कर पट्टी बाधँ िो ।

१०. सस्ते छोटे िातटर

हर मामली तकलीफ में िातटर के पास िौडना अच्छा नहीं। तुम स्वयं िातटर बनो। एक दिन उपवास रखो। उससेकई रोग अच्छे हो जायगें ।

कब्ज में त्रिफला का चण िगरम िध या पानी के साथ लो। िध में शहि लमला कर लो। अपच हो तो सुबह उिते े ही खाली पेटे ताजी अिरक के कुछ टुकडेचीनी के साथ खाओ। कान से मवाि बहता हो, तो उसमें लहसुन या नीम के तेल की कुछ बिूँ िालो।

मसडे फल जायें, तो सरसों का तेल और नमक लमला कर उन पर उँगली से रगडो। इस तेल का उपयोग गदिया में भी कर सकते हो। तेले को धप में पका लो। िातोँ में खड्िहो गया हो, तो उसमें थोडा-सा कपर िबा िो ।

११. स्तब्धता (शाक) का उपचार

रोगी के स्वास्‍् लाभ के ललएप्राथनिाकरो।उसके पासबिै कर कीतनि करो।उसे सीधा ललटा िो। गरिन, छाती और कमर पर सेकपडा ढीला कर िो जजससे ेकक रोगी आसानी से सासाँ ले सके।

रोगी को ऊनी कम्बल से लपेट िो। शरीर के िोनों पाश्वो तथा पैरों के पास गरम पानी की बोतलें रखो। बोतलों को कपडे से ढक िो। उनका असर शरीर की चमडी पर न होनेपाये।

रोगी यदि पी सके, तो उसे ेगरम काफी या चाय वपलाओ। उसके हाथ और छाती पर तारपीन के तेल की माललश धीरे-धीरे करो। उसे ेउिनैन िो। उसके उिनैसे उसकी हृिय गतत बन्‍ि हो सकती है।

षष् अध्याय

नीतत के पिा

१ समय सबसे अगधक मल्यवान है

समय धन है। समय धन से भी अगधक मल् यवान है। धन खो जाये तो कफर पिा ककया जा सकता है, लेककन समय खो गया तो कफर प्राप्त नहींककया जा सकता। जो क्षण बीत गया, उसे ेवापस नहीं लाया जा सकता।

जीवन क्षणों के सम ह के लसवा और कुछ नहींहै। गीता-पिा, कीतनि, जप, प्राथनिा, ध्यान, गरीबों और साधुओं की सेवा, पाठ्य-पुस्तकों की पढ़ाई, अच्छे साधनों से धनोपाजनि आदि में जीवन के प्रत्येक क्षण का सिुपुयोग करना चादहए। घडी दटक्-दटक् करके यह यिा दिलाती है कक जीवन का एक-एक क्षण बीता जा रहा है।

ताश या शतरंज खेलने ेमें, लसनेमा िेखने ेमें और उपन्यास पढ़ने में समय बरबिा न करो। समय का मल्य जानो। उसका ििुरुपयोग करोगे,े तो बुढ़ापे में पछताओगे। व्यथ िकी गपशप में समय बरबिा न करो। अपनेसमय का िीकि–ीक उपयोग करोगे, तो तुम महान् ्बनोगे। रोज का कायक्रिम बना लो और उस पर िटे रहो । तनश्चय ही तुम सफल होओगे े।

२. समयतनष् बिनो

समय बहुमल्य है। रोज एक घण्टा िेर से स्कल जाओगे,े तो पिा पढ़ने से चक जाओगे,े िीक समय पर स्टेशन नहीं ं जाओगे ेतो गाडी न पकड सकोगे।

िीकि समय पर काम करने की आित िालो। जल्िी उिो और िीक समय पर अपना काम शुरू कर िो। १० बजे े स्कल जाना हो, तो उससे ेकुछ समय पहले ेही वहााँपहुाँच जाने का प्रयत्न करो। सभाओं में जाना हो, तो भी समय का ध्यान रखो।

िेखो, प्रकृतत भी तनयलमत चलती है। सय िीक समय पर तनकलता है। ऋतुए ाँिीक समय पर आती है। समय का पालन नहींकरोगे,े तो जीवन में असफल रहोगे। समय का पालन करोगे,े तो महान् ्सफलता पाओगे। तनयलमतता की आित िालोगे, तो सभी काम िीक समय पर करने में सिा सहायता लमलेगी।

३. अपना कतव्यि भली प्रकार परा करो

प्रत्येक मनुष्य को कतव्यि का पालन करना होता है। माता-वपता की आज्ञा का पालन करो। तुम्हारी प्यारी मा ाँ तुम्हें रोज खखलाती है और सब प्रकार से तुम्हें आराम पहुुँचाती है। उससेप्रेम करो। उसका आिर करो। वह जो कहे, उसे ेप रा मन लगा कर करो तथा उसे ेप्रसन्न रखो। वपता का भी कहना मानो। अपनेपज्जय वपता का भी आिर करो। वह तुम्हारे ललए धन कमाते हैं। माता-वपता िोनों तुम्हारा ख्याल रखते ेहैं। तुम्हारे ललए वे भगवान् ्हैं, जजनका शिनि तुम स्वयं कर सकते हो।

अपना पाि अच्छी तरह याि करो। अपनेलशक्षकों की आज्ञा का पालन करो और उनका आिर करो। यह भी तुम्हारा कतव्यि है । अपनी पढ़ाई प री करने के बाि अपनी मातृभ लम की सेवा करो। गरीबों का िुःख िर करो। यह भी तुम्हारा कतव्यि है ।

बडों का आिर करो। पडोलसयों की सेवा करो। प्रततदिन तीन बार प्राथनि और संध्या करो। जीवन के ववलभन्न क्षेत्रों में 'तुम अपनेकतव्यिों का पालन जजतनी कुशलतासे करोगे उतना ही तुम्हारा जीवन सफल होगा।

४. वीर बनो

बिि न बनो। साहसी बनो। खुशु रहो। शर बनो। शेर की तरह चलो। दहम्मत के साथ बोलो। झेंप लमटाओ। सिा खुश रहो। अपनेस्वास्य् का ख्याल रखो। स्वस्थ, सुदृढ़ और जोशीले ेरहो।

जो भी काम करने का तनश्चय करो, उसे ेपरे मन से, जी लगा कर परा करो। हर हालत में उसे ेप रा करो। अध रा न छोडो। पढ़ने के ललए कोई पुस्तक लो, तो उसे ेपरी पढ़ो।

सेवा और त्याग तुम्हारे जीवन का लक्ष्य होना चादहए। मातृभलम के ललए अपना सवस्वि त्याग करने वाले े महापुरुषों का स्मरण रखो। ऐसे ेवीरोगचत काय िकरो जजन्हेंलोगगचरकाल तक याि रखें। आिश िजीवन जजयो ।

५. सजततयाँ

- जहा ाँअज्ञान ही आनन्ि है, वहा ाँबुद्धधमान् ्बनना नािानी है।
- हथेली पर िही नहीं जमता।
- बिाँ-बिाँ से भरे सरोवर ।
- छोटी-छोटी बातों का ध्यान रखो, बडी बातें अपने-आप ही सुलझ जायगीं।
- धीमा ककन्तु तनरन्तर अध्यवसाय करने वाला सफल होता है।

- े खि कर पावाँ रखो।
- जल्बिाजी सेबरबाी होती है।
- शील स्वयं अपना पुरस्कार है।
- क्रीडा रदहत काय िम ढ़ता का जनक है।
- सब बातों की जानकारी रखो; पर ककसी एक में प्रवीण बनो।
- जो कुछ भी करो, कुशलताप वकि करो।
- मेरे मन कुछ और है और कता िके कुछ और।
- फ लमाला सेर्मीा बोली बेहतर है।
- अपनेललए जैसा बरताव पसन् किरते े हो, वैसा ही ि स रों के साथ
- करो।
- मिु ुवचन से कटुता िर हो जाती है।
- कोई अवसर न च को ।
- बहती गंगा में हाथ धो लो ।
- एकता में बल है। ईमानिारी का काम सम्माननीय होता है।
- भाग्य पुरुषाथी का ही साथ िेता है।
- पराजय ववजय की सीढ़ी है।

६. स्वखणमि तनयम

माता-वपता की आज्ञा का पालन करो। सिा सत्य बोलो। कभी असत्य न बोलो। समय का पालन करो। सिा साफ-सुथरे रहो। भलेबनो और भला करो। वीर बनो। गरीब और जरूरतमं लिोगों की सहायता करो। अपना कतव्यि भली प्रकार परा करो।

अपना पिा िीक से यिा करो। बडों का तथा अपने लशक्षक का सम्मान करो। िेश की सेवा करो। समाज की सेवा करो। काम मत टालो । कल करने के ललए कुछ भी न छोडो। अपना कतव्यि िीक से तनभाओगे,े तो जीवन में ववजयी होओगे। सिा बहुत सुखी रहोगे।

सिा फुरतीले रहो। तनष्काम सेवा, त्याग और प्रेम को जीवन का लक्ष्य बनाओ। आिश िजीवन जजओ। नम्र और मिु ुबनो। िसरों की भावनाओंको मत िखुाओ। कटु शब् किभी न बोलो। मीिा बोलो। बहुत अगधक मत बोलो। ककसी की तनन्िा नि करो। प्रततदिन कुछ-न-कुछ सेवा करो।

७. कमानेकी क्षमता बढ़ाओ

प्रत्येक क्षण का सिुपुयोग करो। पररश्रमी बनो। सिा सावधान रहो। अपना सवागीण ववकास करो। स्वयं भोजन बनाना सीखो। टाइप करना और शाटिहैण्ि- लेखन सीखो। ईमानिारी से व्यवसाय करो। बागवानी और खेती सीखो। घर के पीछे थोडी भ लम हो, तो वहा ाँसाग-सब्जी और फलों के पेड लगाओ।

सिा व्यस्त रहो। तनरीक्षण की शजतत का ववकास करो। भले लोगों की संगतत करो। एक पैसै ेका भी िुरुपयोग न करो। जब स्वयं रोटी कमा सको, तभी वववाह करो। सुव्यवजस्थत और अनुशालसत जीवन जजओ । आलस्य, प्रमाि और चुगलखोरी को िर भगाओ। ककसी भी गुट में सजम्मललत न होओ।

फुरसत के समय बच्चों को पढ़ाओ। छोटा-सा कोई उद्योग शुरू करो, जो कमाई का साधन हो और जजसमें ज्जयािा पाँ जी न लगती हो। कोई अच्छी कमीशन एजेन्सी लो। पैसा-पैसा बचाओ। कला, िस्तकारी, हारमोतनयम, वायललन या गायन सीखो।

८. जल्िी उिो

मेरी प्यारी राधा,   प्रातुः काल जल्िी उिो मेरे प्यारे राम, त्रबस्तर से उिते ेही यह धुन गाओ :

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे।

हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे ।।

अपने माता, वपता और सभी गुरु जनों को िण्डवत् ्प्रणाम करो। पािशाला में जब अपनेलमत्रों या सहपादियों से लमलो, तब कहो — **'जय राम जी की' या 'जय कृष्ण जी की' या 'ॐ नमो नारायणाय' या 'जय सीताराम' या 'जय राधेश्याम' ।**

अपनी पुस्तकें पढ़ने पहले ेभगवान् ्की स्तुतत करो।

९.तयाकरोऔरतयानकरो

ताश न खेलो। ताश खेलने ेसेतुम त्रबगड जाओगे। लसनेमा न िेखो। रोज मजन्िर जाओ और ईश्वर की पजा करो। मजन्िर जाते ेसमय फल, कपर और फल ले जाओ।

ककसी से घृणा न करो, अवपतु सबसे प्रेम करो। अन्धे ेको पैसा िो। माता-वपता के कपडे धोओ। माता-वपता तथा िसरों पर कभी क्रोध न करो। क्रोध बुरा है। उससेस्वास्थ्य खराब हो जायेगा। उससे तुम्हारा नाम भी कलंककत होगा। क्रोध में आ कर तुम गलत काम कर बैिोगे।

ईश्वर तुम्हारे सभी ववचारों पर तनगाह रखता है। कोई ववचार तछपाओ नहीं। स्पष्टविी बनो। ववचार, वाणी और कक्रया में शुद्ध रहो।

१०. मले बनो

वप्रय गोववन्!ि अपने भाइयों तथा सहपादियों से झगडा न करो। माता, वपता तथा गुरु का कहना मानो। धम्रपान न करो। यह बुरी आित है। ध म्रपान करने से बीमारी आयेगी। बुरी संगतत छोड िो।

गर्न्ि शब्ि नि बोलो। ककसी को गाली मत िो। सबके प्रतत िया रखो। सबकी सेवा करो। बडों का आिर करो। चोरी न करो। ककसी को पीडा मत पहुुँचाओ। नम्रता से बोलो। मीिा बोलो। पाठशाला में सब काम िीक समय पर करो।

रोज का पाि िीक सेयाि करो। अपनी कक्षा में प्रथम आओ। ज्जयाि न खेलो। खटमल और त्रबच्छुओं को मत मारो। समय बरबाि न करो ।

११. साि जीवन और उच्च ववचार

हे महिाव! ववलालसता से बचो। खाने े और पहननेमें सािगी बरतो । अपनी इच्छाओं और आवश्यकताओंको बढ़ाओ नहीं। इच्छाए ँऔर ववलालसता सुख और शाजन्त की ि्ुश्मन हैं। साि जीवन सुख और शाजन्त िेता है।

सभी ऋवष और मुतन साि जीवन जीते े थे। वे उच्च ववचार रखते े थे। उनका जीवन ईश्वरमय था। वे सिा आनन्िमय थे। उन्हें दिव्य ज्ञान प्राप्त था। राजा उनकी पजा करते े थे। ईश्वरमय जीवन त्रबताओ। जप करो। भजन-कीतनि करो। उच्च ववचार रखो। छुट्टी के दिनों में साधु-सन्तों की संगतत में रहो।

१२. अनुकलनशील बनो

अपने में अनुकलनशीलता के गुण का ववकास करो। अपने को सबके अनुकल बना लो। तभी सबका मन जीत सकोगे, े जीवन में सफल होओगे। सबके अनुकल रहनेके ललए तुम्हें नम्र और प्रेममय बनना होगा।

अहंकार, किोरता और हि अनुकलनशीलता में बाधक हैं। मिृ ु रहो। सज्जजन बनो । ववनम्र बनो। सािगी से रहो। बडों का कहना मानो । हि मत करो। तुम जल्िी अनुकलनशील बन जाओगे े।

यदि तुममें अनुकलनशीलता है, तो सब तुम्हें प्यार करेंगे। तुम अपनेआकफस के कामकाज भी आसानी से तनपटा सकोगे। वेतन में वृद्गगध होगी और तुम जल्िी अपने ववभाग के प्रमुख बन जाओगे।

१३. ईमानिार बनो

छोटी-छोटी बातों में भी ईमानिार बनो। ईमानिारी सवोत्तम नीतत है। ईमानिारी म लभ त गुण है। ईमानिार मनुष्य पर सभी लोग ववश्वास करते ेहैं। उसका सब आिर करते ेहैं। वह जीवन में ववजयी होता है। वह शीघ्र तरतकी करता है। वह अपने उद्योग-व्यापार का तुरन्त ववस्तार कर सकता है। वह प्रलसद्ध हो जाता है।

ईमानिार मनुष्य पर ईश्वर कृपा करता है। अगधकारी लोग ईमानिार मनुष्य को पसन्ि करतेहैं। ईमानिार रहोगे,े तो तुम्हारा गचत्त शाांत रहेगा। सुख की नींि आयेगी और स्वास्र् िीक रहेगा। परलोक में स्वग ि द्वार तुम्हारे ललए खुले रहेंगे।

ररश्वत न लो। यह बेईमानी है, पाप है। इस कुकृत्य का बुरा फल भोगना पडता है। अपनी आय के अन्रि तनवाहि करो। उतना ही पावाँ फैलाओ, जजतनी लम्बी चािर हो। अपनेखचे ेको आमिनी से अगधक न होनेिो। सािा जीवन जजओ। तब अगधक धन की अपेक्षा नहींरहेगी। धन उधार लेना नहींपडेगा। ररश्वत लेनेका प्रलोभन नहीं ं रहेगा।

१४. लक्ष्य पर दृढ़ रहो

जल्िी सो कर जल्िी उिने से मनुष्य स्वस्थ, समृद्ध और बुद्गधमान् ्बनता है। वचन में जल्िबाजी न करो, पर दिया हुआ वचन परा करने में ववलम्ब न करो। वतत का एक टाकाँ नौ टाकाँों से अच्छा है। 'तब पछताये होत तया जब गचडडया ाँचुग गयीं खेते।' एकता में बल है।

एक हाँसी हजार रोगों का उपचार है। िान के बछडे के िाताँ नहींगगने जाते। चीजें जैसी िीखती हैं, असल में वह वैसी नहीं ंहैं। अहंकार वायुवेग से आता है, चींटी की चाल से जाता है। उपिेश िेना आसान है, उस पर अमल करना कदिन ।

रोग का इलाज करने सेबेहतर है, उससेबचाव करना। जो कुछ भी है, वह ईश्वर ही है। सभी चमकने ेवाली वस्तुए ाँसोना नहींहोतीं। त्रबना सेवा के मेवा नहीं। ईश्वर में श्रद्धा रखो और भला काम ककये जाओ। समय सबसे मल्यवान् ्है ।

१५. प्रोफेसर बनो

वकील या पुललस आकफसर न बनो। प्रततदिन असंख्य बार झि बोलना पडेगा। रोज कई गलत काम करने पडगें। इससे आत्मा का हनन होगा।

ातिटर बनो या प्रोफेसर बनो या ककसान बनो। प्रोफेसर बनोगे,े तो खब अवकाश लमलेगा। शान्त और धममिय जीवन जी सकोगे। प्रततदिन जप, कीतनि और ध्यान के ललए पयाप्ति समय लमलेगा।

अपनी खेती का ध्यान रखो। उससे ख ब धन लमलेगा। इसमें स्वावलम्बन है। िातटरों का पेशा उत्तम है, लेककन मोटी फीस न लेना। गरीबों का उपचार तनुःशुल्ककरो ।

१६. कालेज की लडकी

कालेज की लडकी बडे फैशन वाली बन जाती है।अगाँरेजजयतउसमें आजाती है। वह खाना नहींपका सकती। उसे ेएक रसोइया चादहए। उसके कपडे धो िनेके ललए एक नौकरानी चादहए। अगर तुम ऐसी लडकी से शिाी करोगे,े तो तुम उसकी आवश्यकताओं को परा नहींकर सकोगे। उसके साथ तुम्हारा जीवन सुखी नहींहोगा।

वह घर नहींसभाँाल सकती। वह तुमसेसमानता का हक मागेंगाँी। वह तुम्हारी सुववधा का ख्याल नहीं ंरख सकेगी। वह कीमती साडडयााँ और कई प्रकार के आभषण मागेंगाँी। यदि तुम उसे ेअपना कोई काम करने के ललए बुलाओगे, तो वह उपन्यास पढ़ती रहेगी। लसनेमा दिखाने के ललए वह तुम्हें रोज परेशान करेगी।

सरल, धालमकि, थोडी अगाँरेजी और मातृभृाषा जानने वाली कुलीन लडकी से वववाह करो। वववाह तभी करो, जब तुम अपनी जीववका स्वयं चलाने के योग्य बन जाओ।

१७. सुशील

लशष्टाचार कुलीनता का गचह्न है। उससेतुम्हारी ियालुता और नम्रता का पता चलता है। सुशील रहोगे ेतो सब तुम्हें प्यार करेंगे,े सम्मान लोकवप्रय बनोगे े। टैगे ेतुम

अच्छे गुण सीखो। अलशष्ट और अभि न बनो। कोई तुम्हारे घर पर आये, तो कहो— 'जय राम जी की। आइए, आसन ग्रहण कीजजए। कदहए आपकी तया सेवा करूाँ ? पीने के ललए जल ला िाँ।'

कोई तुम्हें भेंट में कुछ िेता है, तो कहो- 'बहुत-बहुत धन्यवाि। इस प्रकार बोलोगे,े तो सब पर तुम्हारी अच्छी छाप पडेगी।

१८. िेश-भतत बनो

अपनी माता के समान ही अपनी मातृभृ लम से भी प्रेम करो। भारत से प्रेम करो। यह िेश-भजतत है। मातृभृलम बडी मधुर और सुन्रि है। तुम्हारी मातृभृ लम की मदहमा अतनवचिनीय है।

वविेशों में रहते ेहुए तुम्हारे पास भोग-ववलास की सामग्री भरप र हो सकती है। तुम्हारे जीवन में हर प्रकार की सुववधा हो सकती है। कफर भी तुम्हारा मन खुश नहींहोगा। तुम्हें अपनेवप्रय घर और िेश की यिा आती रहेगी। तुम्हें अपने बचपन की, अपने लमिों तथा माता-वपता और भाई-बहनों के साथ त्रबताये मधुर जीवन की भी यिा आयेगी।

अपने िेश की सेवा करो। त्याग, सेवा और प्रेम को अपना लक्ष्य बनाओ। सच्चा िेश-भतत अपनी मातृभृलम के ललए अपना सवस्वि न्यौछावर करने को सिा तैयार रहता है। मातृभृलम की जय हो! संसार-भर में पववि भारतवष िकी जय हो! योगगयों और ऋवषयों के िेश भारत!कीजय हो

१९. दिव्य जीवन बीमा

अपने जीवन का बीमा ईश्वर के यहााँकराओ।वहााँतुम्हेंपणिसुरक्षालमलेगी। बाकी सभी बीमा कम्पतनया ाँि ब सकती हैं, पर यह बीमा कभी धोखा नहीं िेसकता।

इस बीमे के ललए कोई रकम नहींजमा करानी पडती। केवल ईश्वर से प्रेम करना पयाप्ति है। केवल अपना हृिय ईश्वर को समवपति करना पयाप्ति है। इससे अक्षय दिव्य सम्पिा प्राप्त होगी।

ईश्वर की मदहमा गाओ। कीतनि करो। सिा भगवान् ्के नाम का जप करो। सारे सांसाररक मोह छोड िो। तुम्हें सतत परम आनन्ि प्राप्त होगा।

२०. बडों की आज्ञा का पालन करो

अपने से बडों की आज्ञा का परा-परा पालन करो। उनकी तनन्िा नि करो। उनका अपमान न करो। उनके प्रतत कटु शब्िों का प्रयोग न करो। उन्हें सम्मान साथ सम्बोगधत करो। यदि तुम अपनेमाता-वपता का अपमान करोगे, े तो जीवन में तुम्हें बहुत मुसीबतें उिानी पडगीं।

गुरु की आज्ञा का पालन करो। उन्हें भगवान् ्समझ कर पजा करो। वे तुम्हें ववद्या िेते ेहैं जो कक सवोत्तम वरिान है। अन्धकार लमटा कर वे तुम्हें ज्ञान का प्रकाश दिखातेहैं। जो अपनेगुरु का अपमान करते ेहैं, उन्हें नरक का कष्ट भोगना पडता है।

माता-वपता, गुरु, भाई-बहनों की आज्ञा का पालन करोगे ेतो महापुरुष कहलाओगे;े खब वैभैव, समृद्गध और सुख पाओगे।

२१. स्वच्छ रहो

त्रबस्तर से उिते ेही िीक तरह से मुहाँ धोओ और िाताँ साफ करो । कफर नहाओ। ईश्वर की स्तुतत करो। हरर-नाम गाओ। िेवी सरस्वती की पजा करो। वह तुम्हें ज्ञान, वववेक और वाक् शजतत प्रिान करेंगी। तब बाकी काम करो।

जब तक मुहाँ न धोओ और िातन न करो, तब तक कुछ न खाओ। कपडे साफ रखो। भोजन से पहले ेहाथ अच्छी तरह साफ करो। नाखन न चबाओ। यह एक बुरी आित है। हाथ साफ रखो। ललखते समय हाथ स्याही से न भरने पाये।

एकािशी की रात को भोजन न करो। ज्जयािा लमिाई मत खाओ। सोने-चाांिी के आभ षण न पहनो। गद्िी पर मत सोओ। फैशन की चीजें खरीिनेमें पैसेबरबाि न करो। लमतव्ययी और सािा बनो।

२२. चररि

आिश िनैततक चररि सेसम्पन्न बनो। सच्चररिता के त्रबना सच्ची और स्थायी सफलता नहींलमलती। चररि बल है। उसके त्रबना जीवन ववफल है।

कोई ववषय दिमाग में िांसो मत। भाव समझ कर पढ़ो। समझ समझ कर पढ़ो। तब पढ़ी हुई बात को याि रखना सरल हो जायेगा। एकाग्र हो कर पढ़ाई करो। सिा आशावान् ्रहो। सब-कुछ भली-भाताँत पढ़ो।

पुराने पाि बार-बार पढ़ो। यदि तुम ऐसा नहींकरोगे,े तो उन्हें भल जाओगे। जो भी पढ़ चुको, उसे ेललख िालो। ईश्वर की प्राथना करो और उससे ेउसकी कृपा की याचना करो।

२३. सािा जीवन

सम चे ेजीवन में छिा-जीवन अतत उत्तम है। इस जीवन में पाररवाररक जजम्मेिारी नहींरहती। ववद्याथी पररवार से सम्बजन्धत परेशातनयों मुतत रहता है। माता-वपता तुम्हारा ध्यान रखते ेहैं। पाठशाला चररि का तनमाणि करने और अच्छी आितें िालनेका स्थान है ।

माता भी उत्तम गुरु है। वह चररि बनाती है। लशक्षक एक महीनेमें जो लसखाता है, माता उसे ेसुगमतापविक घर में ही, बहुत कम समय में लसखा सकती है।

रोज के काम का एक तनयमबद्ध क्रम बना लो। एक समय-सची तैयार करो। हर हालत में उसके अनुसार चलो। प्रातुःकाल (५ से ७ बजे(तक) का समय पढ़ाई के ललए अत्युत्तम समय है। परीक्षा के दिनों में आधी-आधी रात तक मत पढ़ो। इससे स्वास्् त्रबगडता है।

प्रततदिन खेला करो। खेलने ेसे शरीर चुस्त और हृष्ट-पुष्ट बनेगा।

२४. सच्ची महानता

ईमानिार बनो। ईमानिारी से काम करो। सत्कम िकरो। हृिय को ववशाल बनाओ। सच्चा महापुरुष वह है, जजसका हृिय ववशाल हो तथा जो सच्चररि और वववेकी हो ।

ईश्वर की दृजष्ट में संसार की िौलत का कोई मल्य नहींहै। गरीब मनुष्य भी, यदि वह चाहे, तो प्रयत्न करके महापुरुष बन सकता है।

नेपोललयन, नेल्सन, लाि ितलाइव, रैम्सेमैकिानेल्ि, जजस्टस मुत्थुस्वामी अय्यर, कािडिनल वोल्सी-वे सब जन्म से गरीब थे। वे अपने प्रयास सेमहान् ्बने। उनके महान काय िअववनाशी हैं। उनके नाम अमर है।

२५. अच्छी संगतत में रहो

बुरे बच्चों की संगतत छोड िो। लडककयों से मजाक मत करो। बुरे बच्चों के साथ रहोगे,े तो वे तुम्हें त्रबगाड िेंगे।

ताश मत खेलो। जुआ मत खेलो। इससे तुम त्रबगड जाओगे।े ताश खेलने ेलगोगे, तो अपने वपता की जेब से पैसेचुराओगे। एक-एक करके सारी बुराइया ाँतुममें आ जायगी।

बाजार की लमठाई न खाना। इससे स्वास्् खराब हो जायेगा और बीमार पड जाओगे। बाजार की लमठाइया ाँ मजतखयों और िसरे ववषैले कीटाणुओं से िवषत हो जाती हैं।

खेल-खेल में भी िसरों को धोखा न िना। सभी खेलों में तनष्पक्ष रहो। बचपना छोड िो, लेककन बाल-सहज सिागी बनाये रखो।

२६. नकल न करो

तुम्हारा भाई बीडी पीता है, तो तुम उसकी नकल न करो। तम्बाक न खाओ। बीडी की िुकान पर न जाओ। अपनेभाई के ललए लसगरेट मत खरीिो। पान मत खाओ।

लसनेमा मत िेखो। इससे तुम्हारी आखेँ खराब हो जायगी। तुम खराब लडकें बन जाओगे। लसनेमा िेखने से तुम्हारा चररत्र त्रबगड जायेगा।

सीिी पोशाक पहनो। चोटी रखनेमें शम िन करो। फैसनेबल तरीके से बालों को मत सवाँरो। बट-पैण्ट पहनना छोड िो। ये सब त्रबलकुल बेकार हैं, खरचीले भी हैं। सीिो कपडे पहनो। सीिा खाना खाओ। लाल लमच,ि इमली, चाय, काफी, लहसुन, प्याज, मछली और इसी प्रकार की िस री उत्तेजक चीजें न खाओ।

सप्तम अध्याय

आध्याजत्मक उपिेश

१. आध्याजत्मक मागिि-शकि

प्रातः ४ बजे उिो। रात में छह घण्टे सोओ। रोज जप की िश माला फेरो। एक घण्टा कीतनि करो। बीस प्राणायाम करो। शीषासिन, सवाांगासन, हलासन और मत्स्यासन करो। जप और ध्यान के ललए पद्मासन में बैिो। प्रततदिन गीता का थोडा पाि करो।

सज्जजनों की संगतत में समय त्रबताओ। सप्ताह में एक दिन मौन रखो। रोज कुछ-न-कुछ तनःस्वाथ िसेवा करो। खब िान िो। एक कापी में मन्त्र िको ललखो। शाम को व्यायाम करो। असत्य न बोलो। क्रोध मत करो। बेकार लोगों की संगतत में न रहो। ब्रह्मचय िका कडा पालन करो। प्रततदिन धालमकि सादहत्य पढ़ो। क्रोध, ईष्या,ि कामना, अहंकार आदि िुगुणिों को तनयजन्त्रत करो।

सिा ईश्वर का स्मरण करो। एकािशी के दिन उपवास करो। उपन्यास पढ़ना, नाटक-लसनेमा िेखना, काफी-चाय पीना आदि िुव्यसिनों को छोड िो। अच्छे चररि (यम और तनयम) का ववकास करो। कम खाओ, कम बोलो, अगधक पढ़ो। िश बजे ेरात को सो जाओ।

२. सच्चाररत्र्य

सच्चाररत्र्य सभी प्रकार की धन्यता का म ल स्रोत है। उसे े'यम' और तनयम' भी कहतेहैं। यदि तुम इन नैततक तनयमों और आध्याजत्मक व्रतों का पालन करोगे,े तो शजततशाली और महान् ्बनोगे।

ककसी प्राणी या मनुष्य को चोट न पहुँचाओ। सिा सत्य बोलो । िस रों की सम्पवत्त न चुराओ । ब्रह्मचय िका पालन करो। िसरों से उपहार न लो। यह 'यम' है।

शरीर और मन सेशुद्ध रहो। सिा सन्तुष्ट और प्रसन्न रहो। कम-से-कम एकािशी के दिन उपवास करो। गीता की तरह के धालमकि ग्रन्थों का पाि करो और जप करो। प्रततदिन ईश-प्राथनिा करो। यह 'तनयम' है।

यम और तनयम से बढ़ कर िस री सम्पवत्त नहींहै। यम-तनयम के पालन से बढ़ कर गौरव की कोई िसरी बात नहींहो सकती। इनका पालन करोगे,े तो ईश्वर स्वयं तुम्हारे पास िमि करने आयेगा ।

३. कीतनि

प्रततदिन तनम्नांककत कीतनि करो-

गोविन्द जय-जय गोिाल जय-जय,
रािारमण हरर गोविन्द जय-जय ।
श्री कृष्ण गोविन्द हरे मुरारे,
हे नाथ नारायण िासुदेव ।
नारायण अच्युत, गोविन्द िमािा केशि,
सदामशि नीलकण्ठ शम्भो शंकर सदामशि ।
रािे गोविन्द भजो रािे गोिाल,
रािे गोविन्द भजो रािे गोिाल ।
हरे कृष्ण हरे राम, रािे गोविन्द,

जय मसयाराम जय जय मसयाराम।

जय रिेश्याम जय जय रिेश्याम,

जय हनुमान् ्जय-जय हनुमान् ्।

राम राम राम राम राम राम राम,

राम राम राम राम राम राम राम ।

जय नन्दलाला दीनदयाला,

जय कृष्ण जय हरे-हरे ।

४. ईश्वर में श्रद्धा रखो

ईश्वर में पण िश्रद्धा रखो। पववि ग्रन्थों और महापुरुषों के वचनों पर श्रद्धा रखो। अपने आप पर श्रद्धा रखो। ईश्वर कृपा और उनकी नाम-मदहमा पर श्रद्धा रखो।

श्रद्धा सेपवति तक दहल जाते ेहैं। श्रद्धा िगमगाती हो, तो साधु-सन्तों और भततों की संगतत से तथा धमग्रिन्थों के अध्ययन से उसे ेदृढ़ करो। ईश्वर के ललए हृिय खुला रखो। बालकों की तरह सरल बनो ।

नामिेव भगवान् ्कृष्ण पर अगाध श्रद्धा रखते ेथे। भगवान् ्ने नामिेव के हाथ से खाना ले कर खाया। प्रह्लाि की श्रीहरर में अववचल भजतत थी। भगवान् ्ने उन्हें उनके क्र र वपता द्वारा िी जानेवाली यातनाओंसे बचाया। भगवान् ्लशव ने भतत कण्णप्प को िशनिये।

५. प्राथनिा की शजतत

प्राथनिा एक महान् ्आध्याजत्मक शजतत है। श्रद्धापवकि सच्ची भजतत से िोिेआ हृिय से ईश्वर की प्राथनिा करनी होती है। ईश्वर-प्राथनिा की क्षमता पर सर्न्िेह न करो। प्राथनिा में अद्भुत शजतत भरी है।

प्राथनिा के समय अपने हृिय का द्वार पण िरूप सेखुला रखो। संकीणतिा या कुदटलता न रहने िो। तुम सब कुछ पा जाओगे। प्राथनिा तनयलमत रूप सेकरो। ईश्वर सेप्रकाश, पववि़ता, भजतत और ज्ञान की याचना करो।

द्रौपिी ने भजततमय हृिय से प्राथनिा की। श्री कृष्ण ने उन्हें तुरन्त ही मुसीबतों से बचाया। गजेन्द्र ने भी भजततमय हृिय सेप्राथनिा की। उसकी रक्षा के ललए भगवान् ्चक्र ले कर िौडे ेआये। मीरा ने प्राथनिा की। भगवान् ्कृष्ण ने उसकी सेवा एक सेवक की भातँत की। अभी से, इसी क्षण से परे हृिय से प्राथनिा करने लगो । हे वप्रय राधाकृष्ण ! िेर न करो। कल कभी नहींआयेगा ।

६. तनत्य कम ि

प्रातुः शीघ्र उिो । ईश्वर के नाम का कीतनि करो। स्तिो पाि करो। बोलो-

कृष्णं कमलित्राक्षंुण्यिश्रिणकीतनरम् ्।
ािसुदिंजगद्योननं ंनौमम नारायणं हररम् ्।।

मुहाँ धोओ। स्नान करो। ईश्वर नाम का जप करो। उनकी प्राथनिा करो। उनकी पजा करो। जल-पान करो। तब स्कल जाओ। ईश्वर से प्राथनिा करो कक वह तुम्हें तुम्हारे अध्ययन में सफलता िें।

ोपिहर में भोजन से पहले ेएक बार और ईश्वर की प्राथनिा करो। पहले ेभगवान् ्को भोजन अवपति करो, तब उसे ेग्रहण करो। वह तुम पर प्रसन्न होंगे ेऔर तुम्हारी सहायता करेंगे।

शाम को खेल-कि के बाि हाथ-पैर-मुहाँ धोओ। एक बार कफर जप करो, ईश्वर-प्राथनिा करो। उनका गुणगान करो, उनकी लीलाए ाँपढ़ो।

७. ग्रन्थ पढ़ो

वप्रय राम! श्री कृष्ण के १०८ नामों का खब अध्ययन करो। उसे े'कृष्णाष्टोत्तरशतनाम कहते ेहैं। उसे ेकण्स्थि कर लो और रोज पाि करो। ववष्णु ुके हजार नाम भी पढ़ो। उसे े'ववष्णुसहस्रनाम' कहा जाता है। जजतनी बार हो सके, उसका पाि करो। उससे समृद्गध, परीक्षा में सफलता, बुद्गध, तन्ुरुस्ती और ईश्वर भजतत प्राप्त होती हैं।

इसके बाि गीता का अध्ययन करो। रोज थोडा-थोडा पढ़ो। उसका अथ िपढ़ो। श्री कृष्ण तुम्हारा ध्यान रखेंगे। वह सिा तुमसे प्यार करते ेहैं। वह हमेशा तुम्हारे पथ-प्रिशकि रहे हैं। वह महेश्वर हैं।

अपने वपता से पछो कक भागवत तया है। वे बतायगें कक वह ईश्वर की कथा है। वह संस्कृत भाषा में है। संस्कृत भाषा सीखो और भागवत पढो ।

८. रोज गीता पढ़ो

गीता बहुत पववि ग्रन्थ है। उसमें सभी उपतनषिों का सार है। उसमें अिारह अध्याय और सात सौ श्लोक हैं। श्री कृष्ण ने अपनेभतत अजुनि को कुरुक्षेि की रणभलम में गीता का उपिेश दिया।

महवष िव्यास ने यह पुस्तक ललखी है। रोज एक श्लोक यि करो। गीता का अध्ययन प्रततदिन करो। तुम खब उन्नतत करोगे। अपनी जेब में सिा गीता की एक प्रतत रखा करो।

९. गंगा माता

गंगा निी संसार-भर में पववि निी है। यमुना, गोिावरी, सरस्वती. नमिा, लसन्धु, कावेरी, ताम्रपणी और सरय नदियााँअन्य पववि नदिया ाँहैं। राजा भगीरथ अपनी तपश्चया िके बल से गंगा निी को स्वग िसे धरती पर लाये।

इन पववि नदियों में स्नान करो। उससे तुम्हारा मन शुद्ध होगा। गंगालहरी-स्तोि का पाि करो और गंगा जी की आरती शाम के समय करो।

१०. मन्ि ललखो

श्री राम श्री राम श्री राम श्री राम,

श्री राम श्री राम श्री राम श्री राम ।

कापी में रोज िश लमनट तक 'श्री राम' ललखो। इससेपरीक्षा में सफल होओगे। ख ब धन कमाओगे ेऔर अच्छा स्वास्थ्य पाओगे। तुम्हारी सारी ववपवत्तयााँरि होंगी। यह सभी रोगों का उत्तम उपचार है। तुम सिा प्रसन्न और सुखी रहोगे े।

इस कापी को पजा घर में रखो। फलों सेइसकी पजा करो।

११. सेवा ही पजा है

वपता प्रत्यक्ष ईश्वर है । माता प्रत्यक्ष ईश्वर है। साधुप्रत्यक्ष ईश्वर है। साधुओं की सेवा करो। गरीबों की सेवा करो। रोगगयों की सेवा करो। माता-वपता की सेवा करो। लशक्षक की सेवा करो। लमिों की सेवा करो।

सेवा ईश्वर की पजा है। मनुष्य की सेवा ही ईश्वर की सेवा है। िररिों की सेवा ही ईश्वर की सेवेा है। माता-वपता की सेवा ही ईश्वर की सेवा है।

१२. सेवा

सेवा से हृिय शुद्ध होता है और परम सुख लमलता है। प्यासे को पानी वपलाओ। सहपादियों की मिि करो। जो तुम समझ गये हो, वह उन्हें भी समझाओ। सडक पार करनेमें अन्धों की सहायता करो।

रसोई बनाने में माता की सहायता करो। पास के कुएँ से, तालाब या निी से पानी ला िो। बाजार से सब्जी और फल ला िो। माता-वपता के, रोगगयों के और महात्माओं के कपडेधो िो।

अपने पडोलसयों के ललए अस्पताल सेिवा ला िो। घर बुहार िो । बरतन साफ करो। खिु खाने से पहले ेगरीबों को, गायों को, पक्षक्षयों को रोटी िो। प्राथलमक गचककत्सा सीखो। सडक पर से काटेँ, काचँ के टुकडे और पत्थर हटाओ। कोई काम अध रा न छोडो।

१३. आजस्तक और नाजस्तक

पत्त एक नाजस्तक है । ककत्त एक आजस्तक है। जो ईश्वर को मानता नहीं, वह नाजस्तक कहलाता है। जो ईश्वर को मानता है, वह आजस्तक कहलाता है।

पत्त ने ककत्त सेपछा - "प्यारे ककत्त ! तुम हमेशा ईश्वर की बात करते ेरहते ेहो। तुम कीतनि और जप करते ेहो। उसे ेफल चढ़ाते ेहो। वह है कहाँ ?"

ककत्त ने कहा-' -"पत्त! वह तो सब जगह है। वह तुम्हारे हृिय में भी है। वह सभी प्राखणयों में है ।"

पत्त ने कहा- "ककत्त! मुझे अपना ईश्वर दिखाओ।"

ककत्त ने पत्त को एक छडी लगायी और कहा- पत्त, अपना ििि दिखाओ तो।"

पत्त ने जवाब दिया- "ििि दिखाऊँ कैसे े? वह तो में अनुभव कर रहा ह ाँ।

ककत्त ने कहा- ईश्वर भी ऐसा ही है। उसका जप और ध्यान करके अनुभव करना होता है। म ैंउसे ेदिखा नहीं ं

सकता।"

उसी क्षण से पत्त आजस्तक बन गया।

१४. बोलने के तनयम

जबान सभाँल कर बोलो। बोलते ेसमय प्रत्येक शब्िपर ध्यान िो। ककसी की बुराई न करो। बढ़ा-चढ़ा कर न बोलो। सत्य और यथाथ िबोलो। वाणी पर बडी सावधानी से तनयन्त्रण रखो। कम बोलो। नपे-ेतुले शब्िबोलो। बातनी मत बनो ।

बोलने से पहले ेसोच लो कक तुम्हारी बात सच्ची, वप्रय और दहतकर है या नहीं। यदि न हो, तो मत बोलो। अपनेकाम से काम रखो। ि सरों के मामलों में िखल न िो ।

ककसी की बुराई सुनो, तो कफर उसे ेककसी से न कहो। चतुराई दिखाने ेकी कभी कोलशश न करो। मौन रहने का महत्त्व समझो। त्रबन-मागँी सलाह न िो । इन तनयमों का पालन करोगे,े तो सुखी और शान्त रहोगे। लोग तुम्हें। चाहेंगे,े तुम्हारा सम्मान करेंगे।े तुम जीवन में सफलहोओगे।

१५. सत्संग

साधु–ुसंन्यालसयों, योगगयों, महात्माओं, भततों आदि की संगतत तथा उनसे ेआध्याजत्मक उपिेश श्रवण करने को सत्संग कहते ेहैं। सत्संग वह नाव है जो प्राणी को तनभयिता और अमरता-रूपी ि सरे तट पर पहुँचाती है।

सत्संग से अज्ञान का अन्धकार लमटता है और हृिय में सांसाररक ववषय-भोगों के प्रतत अनासजतत तथा वैराग्य भर जाता है। सत्संग अज्ञान रूपी बिलों को ततत्तर-त्रबतर कर िेनेवाला स य िहै। उससे दिव्य जीवन जीने की प्रेरणा लमलती है और परमेश्वर के अजस्तत्व की धारणा दृढ़ होती है।

धमग्रिन्थों का अध्ययन अभावात्मक सत्संग है। महात्माओंके िशनि के ललए जाते ेसमय भजतत भाव से कुछ-न-कुछ फल ले कर जाओ। उनसे ेबहस न करो। शान्त बैि कर उनका उपिेश सुनो तथा उसे ेआचरण में लाओ।

१६. अन्तयामिी

हे सोहराब ! मनुष्य कई प्रकार के काम करता है। शरीर से जब प्राणवायु तनकल जाता है, तब शरीर धरती पर शव बन कर पडा रह जाता है। उससेिुगुन्धि तनकलती है। शव को जलाया जाता है या गाडा जाता है या निी में प्रवादहत कर दिया जाता है।

मृतृ शरीर न तो बोल सकता है, न िेख सकता है और न सुन सकता है। यह शरीर ककसने बनाया है? इसका तनमातिा ईश्वर है। वह अन्तयामिी है। उसी की शजतत सेयह शरीर चलता-कफरता और काम करता है। उसी की शजतत से तुम िेखते हो, सुनते हो, संघते हो, अनुभव करते ेहो, बोलते ेहो, सोचतेहो और जानते ेहो।

उसको जान लो। तुम अमर बन जाओगे। तुम्हें परम शाजन्त लमलेगी।

१७. संयत रहो

कम खाओ, ज्जयािा वपओ। ज्जयािा पढ़ो, कम खेलो। बैी कम चलो ज्जयािा। गपशप कम करो, सीखो ज्जयािा। कम सोओ, प्राथनिा अगधक करो। लो कम, िो ज्जयािा ।

कम बोलो, करो ज्जयािा। रोओ मत, ख ब हाँसो।

भले बनो। भला करो। समझिार बनो। प्रसन्न रहो। मुसकाओ। खेलो-क िो। नाचो -गाओ। भजन करो। हाँसो।

सेवा करो। प्रेम करो। िान िो । संयम रखो। शुद्ध रहो । ईश्वर का ध्यान करो। आत्मज्ञान प्राप्त करो।"

१८. संसार तया है?

तया तुमने जािगर को िेखा है ? तुम्हारे सामने वह अपनी मुट्ठी खोल कर दिखलायेगा। उसमें कुछ नहीं ं होगा। झट से वह मुट्ठी बन्ि कर लेगा और उसमें से मुगा िया सापाँ या कुछ-न-कुछ बाहर तनकलता दिखलायी पडेगा। कफर मुट्ठी खोलते ेही सब गायब हो जायेगा। तया तुम्हें ववश्वास है कक सचमुच उसके हाथ में सापाँ था ? त्रबलकुल नहीं। यह केवल भ्रम है, इन्द्रजाल है, जािा है। उसकी मुट्ठी में सापाँ नहींहै।

ईश्वर एक जािगर है। उसके हाथ में एक सापाँ िीखता है, जजसे ेहम संसार कहते ेहैं। जािग र के हाथ के सापाँ की तरह यह भी लमथ्या ही है। तुरन्त ही यह गायब हो जायेगा और झट से दिखायी भी िेनेलगेगा। वास्तव में संसार कुछ है ही नहीं।

मकडी जाला ककससेबनाती है? अपनी ही शजतत से, धागेसे बनाती है। कफर उसको तनगल भी लेती है। कफर जाला नहीं ंरह जाता। इसी प्रकार ईश्वर भी अपने से ही यह संसार बनाता है और अपने में ही समेट भी लेतेा है। इसललए संसार ईश्वर ही है। सब ईश्वर है, ईश्वर ही सब कुछ है। सबकी पजा करो, सबसे प्रेम करो; तयोंकक सब-कुछ ईश्वर ही है।

अष्टम अध्याय

नीतत-कथाए ाँ

१ लोभीबालक

.

अमृतृसर में एक लोभी बालक रहता था। उसके घर में एक सुराही थी, जजसकी गरिन पतली थी। वह ककशलमशों से आधी भरी हुई थी। उसनेअपना हाथ सुराही में िाला और ककशलमशों से मुट्ठी भर ली, ककन्तु मुट्ठी भरी हुई होनेके कारण वह अपना हाथ बाहर नहींतनकाल सकता था।

अपना हाथ बाहर तनकालने का उसनेभरसक प्रयत्न ककया, पर तनकाल न सका। वह रोने लगा। उसका रोना उसकी मा ाँने सुना। वह आयी। और पछने लगी- “बच्चे, तया हो गया?" बच्चे ने जवाब दिया- "मेरा हाथ अन्रि फाँस गया है। बाहर नहींतनकल रहा है।"

मा ाँने कहा- "प्यारे बच्चे, कुछ ककशलमश ेंगगरा िे, हाथ तनकल आयेगा।” लडके ने वैसा ही ककया और उसका हाथ बाहर तनकल आया। माँाँने कहा- “बच्चे, कफर कभी लालच न करना।"

लालच से मनुष्य िुःखी होता है। इसललएगोव़्वन्किभीलालचकरना।सन्तोष रखना ।

२. झि कभी न बोलो

झि बोलना महापाप है। झिे से सभी घृणृा करते ेहैं। उस पर कोई ववश्वास नहींकरता है। वह सच बोले, तब भी लोग उसकी बात पर ववश्वास नहींकरते े।

एक लडका गाय ेंचराया करता था। एक बार वह जोर-जोर से गचल्लाया- "भेडडया आया, भेडडया आया। बचाओ।' आस-पास के लोग िौडेआये। उनको िेख कर लडका हाँसने लगा और बोला- "भेडडया कहा ाँहै! मनैंतो यों

ही मजाक ककया था।" ऐसा उसनेतीन बार ककया। कफर एक दिन सचमुच भेडेडया आ गया। लडका मििि के ललए गचल्लानेलगा। लोगों ने सोचा कक लडका मजाक कर रहा है, इसललए वे नहींआये। भेडडया लडके को खा गया।

िेखो, झूि बोलने सेबडा खतरा होता है। अपनेिोषों को स्वीकार कर लो। कभी झूि मत बोलो। तुम साहसी बनोगे। तुम्हारा मन साफ और पववि बनेगा। सब तुम्हारी प्रशंसा करेंगे ेऔर तुमसे प्यार करेंगे।

३. चालाक बन्िर

एक निी के ककनारे नाररयल के पेड पर एक बन्िर रहता था। एक मगर उसका लमि था। बन्िर मगर को नाररयल दिया करता था। मगर ने एक दिन नाररयल ले जा कर अपनी पत्नी को दिया। उसनेनाररयल खाया और बोली- "यह फल बडा स्वादिष्ट है। म ैंतुम्हारे लमि का जजगर खाना चाहती ह ूँ, तयोंकक रोज मीिे नाररयल खाने ेसे उसका जजगर और भी स्वादिष्ट हो गया होगा।"

मगर बन्िर के पास जा कर बोला- "चलो, आज निी में हम िोनों ख ूब सैर करेंगे।" बीच धारा में जब िोनों पहुुँचे, तब मगर बोला- "मेरी पत्नी तुम्हारा जजगर खाना चाहती है।"

बन्िर ने जवाब दिया- "म ैंतो अपना जजगर पेड पर ही छोड आया ह ूँ।" तब िोनों ककनारे लौट आये। बन्िर पेडे पर चढ़ गया और बोला—"िोस्त ! मुझ पर ववश्वास करके तुम म ूख ि ही बने। म ैंभला पेड पर अपना जजगर कैसे े छोड सकता हूँ। मगर बडेिुःख के साथ वापस लौट गया।

४. उलमिला और उमा

गोपीचन्ि की िो लडककयाूँ थीं, जजनका नाम था उलमिला और उमा । वह उन्हें बहुत चाहता था। उसनेउलमिला का वववाह एक माली सेककया और उमा का एक कुम्हार से। एक दिन गोपीचन्ि उलमिला के घर गया और बोला— "बेटी! कैसी हो ?" उलमिला ने जवाब दिया- "हम बहुत सुखी हैं। भगवान ्से प्राथिना करो कक हमारे पौधों को ख ूब पानी लमले।"

तब गोपीचन्ि उमा के घर गया और पूछा - "उमा बेटी! तुम कैसी हो ?" उसने कहा- "हम बहुत सुखी हैं। भगवान ्से प्राथिना करो कक कुछ दिन और वषाि न हो, जजससे ेकक हमारे कच्चे घडे सूख जाय ें।"

गोपीचन्ि बहुत उलझन में पड गया। वह यह तनश्चय नहींकर पा था कक तया प्राथिना करे। तब उसने गम्भीरता से ववचार ककया। उसे ेसमझ में आ गया कक संसार में प्रत्येक व्यजतत स्वाथी है।

५. बुद्ध का वववेक

एक बार एक गरीब स्त्री का बच्चा मर गया। वह भगवान् ् बुद्ध के पास गयी और उसनेअपनेमरे हुए बच्चे े को जीववत करने वाली औषध मांगी । बुद्ध ने कहा—" बहन ! लसफि एक िवा है जो तुम्हारे बच्चे को जजलासकती है। । तुम मुझे मुट्ठी भर सरसों ककसी ऐसे घर से ला िो, जजसमें अ ाज तक कोई मरा न हो।"

वह स्त्री घर-घर जा कर सरसों मागाँने लगी। सभी घरों से उसे ेउत्तर लमलता। एक ने कहा—"मेरा बच्चा मर गया है।' िस रा बोला- "कल मेरे वपता परे है।" तीसरा बोला "महीने भर पहले ेमेरी पत्नी मरी है।

ु:खी हो कर वह बुद्ध के पास लौट आयी और उनसे ेसारा हाल कह सुनाया। तब बुद्ध भगवान् ्ने कहा- "तुम अपनेही िु:ख की बात मत सोचो। िु:ख औरमृतूयु कासामना सभी को करनापडता है।"

६. चींटी और दटड्डा

िो पडोसी थे— एक चींटी और एक दटड्डा। चींटी बडी फुरतीली थी। ख ब मेहनती थी। वह हमेशा जाडों के ललए अनाजन्ाने ेजमा करनेमें लगी रहती थी दटड्डा बडा आलसी था। सारी गरमी उसने गाने में ही त्रबता िी। जाडो का मौसम आ गया। उसके पास खाने ेको कुछ न था। एक दिन वह पडोसी चीटी के पास गया और खाना मागाँने लगा। चींटी ने पछा- "िोस्त! गरमी के दिनों में तया करते ेरहे?" दटड्डेने कहा- "गाता रहा।" चींटी ने कहा - " अब जाडा नाचने ेमें त्रबताओ। म ैंतया करूाँ ? तुम्हें िेनेके ललए मेरे पास कुछ नहींहै।"

दटड्डा बेचारा मुहाँ लटका कर घर लौटा। उसे ेसारा जाडा भखे ेरह कर गुजारना पडा।

सीख : कभी आलस्य न करो। सिा फुरतीले बने रहो। कोई-न-कोई काम करते ेरहो। हमेशा भववष्य के ललए बचाते ेरहो। कभी भीख या उधार न मागाँो ।

७. लड्डू की आत्मकथा

म ैंलड्डू हाँ। म ैंबडा मीठा और स्वादिष्ट हाँ। सभी मुझेखब चाहते हैं। बच्चे तो मुझे बहुत ही चाहते हैं। जब कभी मुझे िेखते हैंया मेरा नाम सुनते है, तो उनके मुहाँ में पानी भर आता है। कोई भण्डारा या वववाह का भोज ऐसा नहीं ंहोता, जहा ाँम ैंन होऊाँ। साधु लोग मुझे बडे चाव से भक्षण कर जाते ेहैं।

म ैंरोतेबच्चों को हाँसाता ह ाँ, खुश करता हाँ। कमजोर आिमी में म ैंप्राण भरता ह ाँ। मुझे खा कर लोग मोटे-ताजे े हो जाते ेहैं। उनके गाल तथा त्वचा चमकने ेलगती है। लोग मेरा बडा ध्यान रखते ेहैं। मुझे कीमती बरतनों में, आलमाररयों में और पेदटयों में रखते ेहैं। म ैंचीनी, घी और बेसन का मल्य बढ़ा िेता ह ाँ।

मेरे अन्िर भी आत्मा या ईश्वर तनवास करता है। म ैंउसके त्रबना जी नहींसकता। जजस तरह लोग मुझे चाहते े हैं, उसी तरह वे यदि ईश्वर को चाहते तो बहुुत समय पहलेही परमानन्ि प्राप्त कर लेते ।

८. जीवन की िौड

एक लडका था। उसका नाम राम था। एक दिन वह गंगा में नहानेगया। अचानक एक हाथी उसे ेमारने के ललए िौडा। लडका िर गया। वह गंगासागर (पतली टोंटी और चौडे ेमुहाँ वाला बरतन) के अन्िर घुस गया। हाथी भी उसके पीछे-पीछे गंगासागर के अन्िर गया। लडका उसकी टोंटी में से बाहर आ गया। हाथी भी बाहर आ गया, लेककन उसकी पाँछ टोंटी में ही अटक गयी। हाथी अपनी पाँ छ से हाथ धो बैिा।

लडका एक तुलसी के पौधे ेपर चढ़ गया, लेककन उसके बाल (चोटी) नीचे लटकते रहे। हाथी उन्हींबालों को पकड कर पेड पर चढ़ गया। लडके ने बाल काट िाले ेऔर हाथी नीचे गगर कर मर गया।

हे गोववन्ि! िनी कामना और वासनाओंका जीवन है। लडका जीव है। हाथी माया है। गंगासागर सन्यास है। नली गुफा है। तुलसी का पौधा भय का वृकूष है। बाल पुरानी वासनाए ाँहैं। वासनाओंको काट िो, माया खत्म हो जायेगी। पुराने संस्कारों को लमटा कर तुम शाजन्त पाओगे।

९. सच्ची लमिता

लसलसली में लसरेकज के राजा िाइनेलशयस ने पाइगथयास को मरणिण्ि दिया। पाइगथयास ने राजा से कहा- "म ैंघर जा कर वहााँका काम-काज तनपटा आऊाँ। म ैंफाांसी के दिन हाजजर हो जाऊाँगा।" राजा ने कहा - "तुम्हारे लौटनेका तया भरोसा !"

पाइगथयास के लमि िायमोन ने कहा- "पाइगथयास के बिले ेमें कैिखाने में रहाँगा। वह नहींलौटे, तो मुझे े फाांसी िे िीजजएगा।" राजा ने पाइगथयास को घर जानेकी अनुमतत िे िी। िायमोन उसकी जगह बन्िी बना ललया गया। पाइगथयास घर पहुुाँचा और सारा काम-काज तनबटा दिया। जोर की आांधी आने के कारण वह िीक समय पर लौट नहीं ंपाया। लसपाही िायमोन को फाांसी िेनेके ललए ले जाने लगे।

इतनेमें पाइगथयास घोडेको तेजी सेभगाता हुआ आ पहुाँचा। राजा ने िण्िेनेवाले अगधकाररयों से कहा-' - "िहरो! फासाँी न िो। इन लोगों ने मुझे सच्ची लमिता का पाि लसखाया है। म ैंइन िोनों सच्चे लमिों के बीच तीसरा लमि बन कर रहना चाहता हाँ।"

१०. नााँि में कुत्ता

चारे से भरी नााँि में एक कुत्ता घुस कर बैि गया। एक बैल चारा खाने ेआया। बैल ने कहा—"प्यारे कुत्ते। चारा तुम्हारे काम का नहींहै। मुझे खाने िो।" कुत्ते ने कहा- "चारे का मेरे ललए कोई उपयोग नहीं। ं म ैंउसे ेखा नहींसकता हाँ। कफर तुम्हीं तयों खाओ ?"

कुत्ता बडा स्वाथी था। बहुत से बच्चे, ववद्याथी और मनुष्य ऐसेहैं। जो इस कुत्ते की तरह स्वाथी होते ेहैं। वे सब कुछ अपनेही ललए चाहते हैं। उन्हें िस रों के दहतों का कुछ भी ख्याल नहींरहता। वह यह नहींचाहते कक िसरों को भी लाभ हो। स्वाथी मनुष्य हमेशा यही समझता है कक एकमाि वही सही है, बाकी सब गलत हैं।

स्वाथ िछोडो। िसरों के दृजष्टकोण सीखने ेका प्रयत्न करो। तनुःस्वाथ िबनो। िस रों को सुख िेनेका प्रयत्न करो। तुम्हारे पास जो कुछ हो, िस रे बच्चों को भी बााँटो। िस रों के दहतों का ध्यान रखो। तुम सुखी होओगे। तुम महान् ्बनोगे े।

११. लोभछोडो

एक बार एक स्िी की गाडी छट गयी। उसे ेसारी रात िसरे िजे ेके बेदटंगं रूम में त्रबतानी पडी। उसके पास ख ब धन और जेवरात थे। स्टेशन मास्टर का लडका आया और उस स्िी को वेदटंगं रूम से बाहर तनकाल कर स्वयं सोफे पर सो गया। वह स्िी चुपचाप इंटर तलास के वेदटंगं रूम में जा कर सोयी।

स्टेशन मास्टर बडा लोभी था। उसनेएक चपरासी को भेजा तथा उस स्िी की हत्या करके सारा धन और जेवर लाने को कहा। चपरासी ने सोफे पर सोयेहुए उस लडके की हत्या कर िाली। लडका जब गचल्लाया, तो स्टेशन मास्टर वहााँिौडा आया और िेखा कक उसका लडका खन में लथपथ पडा हुआ है। उन लोगों ने शव को उिा कर रेलवेलाइन पर फेंक दिया।

गाडी आयी। ड्राइवर ने गाडी रोक िी। पुललस बुलायी गयी। जााँच-पडताल की गयी। स्िी ने सारी कहानी सुनायी। स्टेशन मास्टर और चपरासी पकडे कर ललये गये।

लोभ से ववनाश होता है।

१२. भेडडया और भेड का बच्चा

एक भेडडया एक निी में पानी पी रहा था। नीचे की ओर एक भेड का बच्चा भी पानी पी रहा था। उस भेडडये के मन में उस मेमने को खानेकी इच्छा हुई। भेडडया मेमने के पास आया और बोला- “हे ि ुषुट! मेरा पानी त तयों जिा कर रहा है?"

मेमने ने कहा—“महाराज! म ैंकैसे ेपानी जि ा कर सकता ह ॉं? पानी तो आपकी ओर से मेरी ओर बह रहा है।" भेडडये ने कहा- "नौ महीने पहले ेत ने मुझे ेगाली ि ी थी।” मेमने ने कहा- "तब तो म ैंपैा भी नहींहुआ था।" भेडेडये ने कहा - "तब वह तेरी माॉंहोगी।" यह कह कर भेडडया फौरन झपट पडा और उसनेमेमने को चीर-फाड कर खा ालिा।

सि रे का ि ोष ि खना बहुत आसान है। बालकों और सयानों में भी कई ऐसे भेडडये होतेहैं। जो ि ुषुट बच्चे ि सरों को तंग करते ेहैं, वे सचमुच भेडेडये ही हैं। अपनेअन्रि जो पशुता है, उसे ि र करो। भले बनो, भला करो।

१३. राजमखण

राजमखण मिुरै का तनवासी था। वह पाचाॉंवीं ंकक्षा में पढ़ता था। उसके माता-वपता, ि ो भाई और ब ढ़े ि ािाि–ी थे।

उसका ि ाा वपचुमखण ८० साल का था। वपचुमखण राजमखण को बहुत चाहता था। राजमखण जो भी मागाॉंता, वह उसे ि ेता था। कोई भी काम पडता, तो वह राजमखण को ही बार-बार आवाज ि ेता। राजमखण अपनिाा को नहीं ं चाहता था; तयोंकक वह उसे बार-बार काम करने को बुलाता रहता था। उसे ेखेलने ेको भी समय नहींलमलता था। एक दिन शाम को उसका एक लमि खेलने ेआया। वपचुमुखण ने उसी समय राजमखण से नहाने के ललए गरम पानी ला ि ेनेको कहा। वपचुमखण को कम दिखायी पडता था। वह त्रबना ककसी का सहारा ललये चल-कफर नहींसकता था।

राजमखण को गुस्सा आ गया। भगोने में उबलता पानी ले आया और बढ़े के लशर पर उॉंलि दिया। उसके सारे शरीर में फफोले ेपड गये।

हे गोववन्! राजमखण की तरह कभी व्यवहार न करना। आज्ञाकारी बनो। माता-वपता तथा गुरु जनों की सेवा करना सबसे बडा कतव्यि है। तभी तुम्हें सच्चा सुख, शाजन्त और समृदृ्गध प्राप्त होगी।

१४. अपने ेकाम से काम रखो

एक शरारती बन्रि था। एक दिन खेलते-ेक ितेवह जंगल में जा पहुँचा। वहा ाँएक लट्ठा अधरा गचरा पडा था। गचरे हुए दहस्से ेमें चीरने वालों लकडी की एक गुल्ली िल रखी थी। गुल्ली के कारण लकडी के बीच में िरार हो गयी थी।

बन्रि गुल्ली के पास जा बैा। वह उस गुल्ली को खींच कर तनकालना चाहता था। वह बहुत मजबती से फाँसी हुई थी, कफर भी प री ताकत लगा कर बन्रि ने उसे ेतनकाल ही िला। लकडी के िोनों भाग तुरन्त एक–सरे पर गचपक गये और बेचारे बन्रि की पाँ छ उसमें फाँस गयी। बन्रि वहींतडप-तडप कर मर गया।

सि रों के मामलों में अपनी टागाँ न अडाओ। अपने काम से मतलब रखो। अपनी राय न िते ेकफरो। स्वभाव से ही नम्र रहो। कम बोलो, अगधक सोनो-ववचारो।

१५. आत्म-तनभरिता

एक खेत में एक चण्लि गचडडया अपनेबच्चों के साथ रहती थी। वह सबेरे उड जाती और कुछ िानेचुगु लाती। उसनेबच्चों से कह रखा था- "मेरे न रहने पर जो कुछ भी हुआ करे, मुझे शाम को बतलाया करो।” एक शाम को बच्चों ने कहा कक 'खेत का माललक अपने लमिों से फसल काटने ेको कह रहा था।'

चण्लि ने कहा- "घबराने की कोई बात नहीं। हमें यहााँ कोई खतरा नहींहै।" अगले दिन बच्चों ने बताया कक खेत का माललक अपनेपडोलसयों सेफसल काटने ेके ललए कह रहा था। चण्लि ने कहा- "प्यारे बच्चो। अब भी कोई खतरा नहीं ेहै।" उसके अगलेदिन बच्चों ने कहा- "कल माललक खिु अपनेबच्चों के साथ आ कर फसल काटने े वाला है।" तब चण्लि ने कहा—“हााँ, अब खतरा है। अब त्रबना िर ककये ककसी सुरक्षक्षत स्थान पर हमें चलेजाना चादहए। माललक कल तनश्चय ही आयेगा; तयोंकक काम उसका अपना है।"

यदि चाहते हो कक काम ीक तरह सेहो, तो तुम अपना काम स्वयं करो। िस रों के भरोसे ेन रहो। खाना तुम खातेहो। इसके ललए तुम िसरों पर तनभरि नहींरहते।

१६. माता-वपता की सेवा करो

माता-वपता की सेवा ईश्वर की प जा के समान है। माता पावतिी है एक बार अपनेपिु गणेश और काततकेिय के आगे ेएक बदढ़या फल रखा और कहा "जो सारी पूव्ृ ी की पररक्रमा करके पहले ेलौट आयेगा, उसे ेफल लमलेगा।"

काततकेिय अपनेवाहन मोर पर सवार हुए और पूव्ृ ी की पररक्रमा करने के ललए िौड चले।े गणेश ने माता पावतिी और वपता शंकर की तीन पररक्रमा की और फल मांगा। पावतिी ने वह फल गणेश को िे दिया और वह उसे े खा गये।

तीन दिन के बाि काततकेिय लौट कर आये और िेखा कक गणेशे फल खा गये हैं। तब काततकेिय माता-वपता की मदहमा समझ गये।

१७. दिव्य जडी

िो ववद्याथी राम और लशव अपनेलशक्षक के ललए एक-एक भारी टोकरी ले जा रहे थे। लशव बडबडाते ेहुए कहने लगा कक उसकी टोकरी बडी वजनिार है। राम हाँसनेलगा मानो उसकी टोकरी हलकी हो।

लशव ने पछा - "तुम तयोंकर हाँस रहे हो? तुम्हारी टोकरी तो मेरी टोकरी से भी ज्जयािा भारी है और तुम मुझसे ज्जयािा िबुलि भी हो।" राम ने उत्तर दिया- "मनैं अपनी टोकरी में एक छोटी-सी जडी रख छोडी है. जजससे ेमेरी टोकरी हलकी हो गयी है।"

लशव ने पछा- "राम ! मुझे बताओ, वह कौन-सी जुडी है? म ैंभी उसे ेअपनी टोकरी में रखना चाहता ह ाँ, जजससे े कक इसका भार घट जाये।

राम ने कहा- "मेरे लमि। सबसे ेकीमती दिव्य जडी धैय िहै, जो कक भार को हलका कर िेती है। "

नवम अध्याय

सामान्य ज्ञान

१.साधुकौनहै

साधु ुसज्जजन होते ेहैं। उन्हें इस संसार के प्रतत मोह नहींरहता। वे जहा ाँभी चाहें—संसार अथवा जंगल में रह सकते हैं। जजतने से वे जजन्ा रिह सकें उतना खाना उन्हें लमल जाये, बस वही उनके ललए काफी है। उनकी पोशाक सिाी होती है। उनका अपना कोई पररवार नहीं ंहोता, न बाल-बच्चे होते ेहैं और न सम्पवत्त ही। कफर भी वे परम सुखी होते ेहैं।

साधु ुज्ञानी और सद्गुणी होते ेहैं। िया, ववश्व-प्रेम, सत्यतनष्ा, पववविता आदि सभी दिव्य गुण उनमें होते ेहैं। वे अपने मन और इजन्यिों पर काब पा लेतेहैं।

साधुओं में क्रोध, लोभ, अहंकार, ईष्या िआदि िोष नहीं रहते। वे सबसे प्रेम करते ेहैं। वे सिा भजन और ध्यान करते ेहैं। वे कभी ककसी को िुःख नहींिेते लोगउनेका सम्मानकरतेहैंऔर उनकी प जा करतेहैं।

२. प्राचीन ऋवष

ऋवष महान् ्आत्मा होतेहैं। ऋवष साक्षात् ्ईश्वर हैं। व्यास, वलसष्, ववश्वालमि, वाल्मीकक ये सब महान् ्ऋवष हैं। व्यास ब्रह्मवष िहै। जनक राजवष िहैं। व्यास ने अिारह पुराण ललखे। वाल्मीकक ने रामायण ललखी। कश्यप, अत्रि, भारद्वाज, ववश्वालमि, गौतम, वलसष्और जमिजग्न — ये सप्तवष िहैं। रात्रि के समय आकाश में सप्तवष-मण्लि दिखायी िेता है।

इन ऋवषयों को प्रप्रप्रततदिन प्रप्रप्रणाम करो। बोलो "ॐ नमुः परम " ऋवषभ्भ्यो नमुः परम ऋवषभ्भ्युः । वेवे तुतुम्म्हें आशीवाि िेंगे।

३. पंच-तत्त्व

ईश्वर ने पूवी्, जल, वायु, अजग्न और आकाश इन पाचाँ तत्त्वों का तनमाणि ककया। तुम्हारा शरीर भी इन पाचाँ तत्त्वों से बना है। प्रत्येक तत्त्व का स्वामी एक िेवता होता है।

मानव-शरीर में पाचाँ ज्ञानेजन्ियााँहोती हैं—कान, त्वचा, आखाँ, जीभ और नाक । कान शब्ि सुनते हैं। त्वचा शीत-उष्ण का अनुभव करती है। आखाँ रूप और रंग िेखती है। जीभ स्वाि चखती है। नाक गन्ध सघाँती है।

पाचाँ कमेजन्िया ाँभी हैं। वे हैं हाथ, पैर, वाणी, गुिा तथा जननेजन्िय । इन सभी इजन्ियों का स्वामी मन है। यह ग्यारहवीं ंइजन्िय है। मन से परे अमर आनन्िमय आत्मा है। वह अन्तयामिी है।

४.दहमालय

दहमालय संसार - भर में सबसे ेबडा पवति है। दहमालय की सबसे ऊँची चोटी एवरेस्ट है। दहमवान् ्दहमालय का राजा है। उसकी पुिी पावतिी हैं। भगवान् ्लशव ने पावतिी से वववाह कर ललया। वह कैलास पवति पर रहते ेहैं जो ततब्बत में है।

गंगा, यमुना, लसन्धुऔर ब्रह्मपुि नदियााँदहमालय से तनकलती हैं। दहमालय में अनेक गुफाए ाँहैं। ऋवष और साधु उन गुफाओं में रह कर ध्यान और तपस्या करते ेहैं।

गरमी की छुट्दटयों में हररद्वार और ऋवषकेश िेखो। वहा ाँदहमालय और गंगा को िेख सकते ेहो । स्थान और यहााँके प्राकृततक दृश्य बडे सुन्िर और सुहावने हैं। ऋवषकेश और हररद्वार में कई आश्रम हैं। साधु-संन्यासी उन आश्रमों में रहते ेहैं।

५. वेि

वेि के नाम से चार ग्रन्थ हैं। चारों वेिों के नाम हैं: ऋग्वेि, यजुवेि, सामवेि और अथवविेि। तुमने यदि यज्ञोपवीत धारण ककया हो, तो इन्हें पढ़ना चादहए। वेिों में ईश्वर की सत्यता के बारे में वणनि है। सत्य-ज्ञान के वे मत िरूप हैं।

वेिों के स्तोि-भाग को 'संदहता' कहते ेहैं। यज्ञ-भाग को 'ब्राह्मण' कहते ेहैं। उपासना - भाग 'आरण्यक' कहलाते हैं और ज्ञान-भाग को 'उपतनषद्' कहते ेहैं। तुम्हें इन सभी को पढ़ना चादहए।

यदि तुमने यज्ञोपवीत नहींधारण ककया है, तो महाभारत के शाजन्त पव िऔर अनुशासन पव िपढ़ने चादहए। व्यास महवष िने तुम्हीं लोगों के ललए इसे ेललखा है। इसे ेभली-भाताँत पढ़ो। तुम बहुत बडेज्ञानी बन जाओगे े।

६. ववश्व

ववश्व में एलशया, य रोप, अफ्रीका, अमरीका व आस्ट्रेलेलया-ये पाचाँ महाद्वीप हैं। प्रशान्त महासागर, अटलांदटक महासागर, दहन्िमहासागर, उत्तरी ध्रुव महासागर तथा ििक्षक्षणी ध्रुव महासागर — ये ववश्व के पाचाँ महासागर हैं।

एलशया में रूस, चीन, जापान, भारत, अरब, फारस, अफगातनस्तान और मेसोपोटालमया (लमश्र) ििश हैं। यरोप में अनेक छोटे-छोटे ििश हैं। अफ्रीका में सहारा नामक एक बडा रेगगस्तान है। अफ्रीका के ििक्षक्षणी भाग और हीरे की बडी-बडी खाने ेहै। वहााँबहुत सारे हबशी और ििरावनेशेर रहते ेहैं।

अमरीका में उत्तर और ििक्षक्षण के नाम से िो भ प्रिश है। उत्तरी भाग बडा धनवान और सुसंस्कृत है। वहीं ववख्यात संयुतत राज्जय है।

रि ििक्षक्षण में आस्ट्रेलेलया एक बडा द्वीप है। उत्तरी और ििक्षक्षणी ध्रुव प्रिश बडे िर्णि हैं। मनुष्य वहााँरह नहीं ं सकते।

यह ववश्व एक रंगमंच है, जजस पर तरह-तरह के नाटक हुआ करते ेहै। यहााँभले और बुरे िोनों प्रकार के लोग रहते ेहैं। यहााँगरमी िण्कि प्यास रातदिन होते ेहैं। लोग अमीर भी हैं और गरीब भी हे राम! इस ववश्व पर भरोसा न रखो। उस ईश्वर का भजन करो जो इस (ववश्व)से है।

७. भारत

हमारा यह ििश भारत या दहन्ुसुतान कहलाता है। इसे ेभारतवष िभी कहते ेहैं। भौततक और आध्याजत्मक सम्पवत्त यहााँभरपर है। वास्तववक लशक्षा और संस्कृतत में यहााँके प्राचीन तनवासी बहुत आगे ेबढ़े हुए थे। भारत की सीमाए ंाँइस प्रकार है-उत्तर में दहमालय पवति, पव िमें बंगाल की ', खाडी, ििक्षक्षण में दहन्िमहासागर और पजश्चम में अरब सागर। भारत की बडी नदिया ंाँहैं—–गंगा, यमुना, लसन्धु, ब्रह्मपुि, नमिा, गोिावरी, कृष्णा और कावेरी।

चन्िगुप्त, अशोक, ववक्रमादित्य, हष,ि अकबर ——ये भारत के बडे सम्राट् रह चुके हैं। ये सब उत्तर भारत में शासन करते ेथे। ववन्ध्य पवति से ििक्षक्षण का भभाग ििक्षक्षण भारत कहलाता है। वह कमभिलम माना जाता है। उत्तर भारत पुण्यभलम है।

भारत की जलवायु बडी सुन्िर है। चावल यहााँका मुख्य भोजन है। उत्तर में गेहं पिैा होता है। उत्तर के लोग बहुत भावुक होते ेहैं। ििक्षक्षण के लोग अच्छे दिमाग वाले ेहोते ेहैं। चावल से बौद्गधक शजतत बढ़ती है। गेह ंाँ से शारीररक शजतत बढ़ती है।

८. चार युग

कृत, ित्ता, द्वापर और कलयुग चार युग हैं। इस समय कललयुग चल रहा है। यह अजन्तम युग है। इसके बाि कफर कृतयुग आनेवाला है।

कृतयुग में लोग सत्य तथा करुणा के गुणों से युतत होते ेहैं तथा तपस्या और िान करते ेहुए धम िका परा-परा पालन करते ेहैं। वे ध्यान के द्वारा ईश्वर का साक्षात्कार करते ेहैं।

ेतायुग में धम िका एक चरण क्षीण हो जाता है। वह चरण सत्य है। लोग इस युग में यज्ञ के द्वारा ईश्वर का साक्षात्कार करतेहैं।

द्वापरयुग में सत्य और करुणा का भाग धम िसेलमट जाता है। लोग उसमें सेवा के द्वारा ईश्वर का साक्षात्कार करतेहैं।

कललयुग में धम िका एक अंग िान ही रह जाता है। इसमें लोग भगवान् ्के नाम-स्मरण से, कीतनि से ईश्वर का साक्षात्कार करते ेहैं।

९. महानतम

ववश्व की सबसे लम्बी निी लमसीलसपी है सबसे ऊंचा पवति एवरेस्ट है। सहारा सबसे बडा रेगगस्तान है। ववतटोररया सबसे बडा जलप्रपात है। तनयाग्रा सबसे बडा और ववकलसत ववद्युत् ्उत्पन्न करने वाला केन्द्र है। प्रशान्त महासागर सबसे बडा महासागर है।

महाभारत सबसे बडा महाकाव्य है। वेि सबसे प्राचीन ग्रन्थ हैं। हाथी सबसे बडा जानवर है। वखोयांस्क सबसे ण्ढा स्थान है। कोहनर सबसे बडा हीरा है। एलशया सबसेबडा महाद्वीप है ।

ज्ञान सबसे मल्यवान् ्सम्पवत्त है। एकता की भावना उत्पन्न करने वाला सबसे उत्तम गुण प्रेम है। इजन्द्रिय-तनग्रह सबसे बडा बल है। उपवास सवोत्तम इलाज है। ब्रह्मचय िमहानतम तपस्या है। जप सवोत्कृष्ट यज्ञ है। राम महानतम राजा है। कृष्ण सबसेबडेयोगी अथवा ज्ञानीहैं।ईश्वरसबसे बडीसत्ता है।

१०. महान् ्अन्वेषणकतिा

जेम्स वाट (इंग्लैण्ड़) वाष्पचाललत इंजजन का (सन् ्१५६५ में) अन्वेषक है। माकोनी (इटली) बेतार का तार (सन् ्१८९६ में) अन्वेषक है। फ्रांस की मैिम तय री ने सन् ्१९०३ में रेडियम (तेजातु) की खोज की। एल. एल. बेयि ि (इंग्लैण्ड़) ने सन् ्१९२५ में टेलीववजन का आववष्कार ककया।

टोररसेली (इटली) ने सन् ्१६४३ में बैरोमीटर (वायुभार -मापक) का आववष्कार ककया। रोयेनजेन (जमनिी) ने सन् ्१८९५ में एतसरे - यन्िका आववष्कार ककया। फहरेनहाइट (फ्रांस) ने सन् ्१७२१ में थमामिीटर (तापमापक) का आववष्कार ककया। गैलीललयो ने िर बीन का आववष्कार ककया।

राइट ब्रिस ि(अमरीका) ने सन् ्१९०३ में वायुयान का आववष्कार ककया। एडिसन (अमरीका) ने सन् ्१८७७ में ग्रामोफोन का आववष्कार ककया। मोस ि(अमरीका) ने सन् ्१८३५ में त्रबजली के टेललग्राफ का आववष्कार ककया। बेले (अमरीका) ने सन् ्१८७६ में टेलीफोन का आववष्कार ककया। िेखो और नीप्से(फ्रान्स) ने फोटोग्राफी का आववष्कार ककया।

११. पहेललयााँ

त्रबना पानी की निी और त्रबना तनवालसयों के शहर कहा ाँलमलते ेहैं? नतशेमें वह कौन सी चीज है जजसका पैर पकडते ेही वह तुम्हारे कन्धे पर कि जाती है ? **छतरी** I जब म ैंचलती हााँ तो जीती ह ाँ और जब रुक जाती ह ाँ तो मरती हााँ। म ैंकौन हााँ? **घडी** I

कौन-सी चीज है जजसे ेकोई खोना नहींचाहता और पाना भी नहींचाहता? **मुकदमा** I अगाँरेजी के कौन-से चार अक्षर हैं जजनसेचोर िर जातेहैं? **ओ आई सी यू**(हााँ, तुझेम ैंिेखता हााँ)। अगाँरेजी में सबसे लम्बा शब्िकौन-सा है ? **Disetablishmentarianism** (डिसइस्टैजब्लश- मेन्टैररयातनज्जम).

१२. आइ. सी. एस. और पी. सी. एस.

भगवान् ्ववष्णु ुबम्बई के गवनिर थे। िाकुर उनके पास गया और बोला, “श्रीमान्,् प्रणाम! मुझे कलेतेटर का काम चादहए।" ववष्णु ुने पछा, "तुम तया हो? तुम्हारी योग्यता तया है ?" िाकुर ने कहा, "म ैंगरलमयों में आइ. सी. एस. हााँ और जाडों में पी. सी. एस. हााँ।"

ववष्णु ुने पछा, "गरमी में आई. सी. एस. और जाडों में पी. सी. एस. का तया मतलब है?" िाकुर ने कहा, "गरमी में म ैंआइस क्रीम सेलर हााँ और जाडों में पोटैटो चाप सेलर हााँ।"

गवनरि ने अपने चपरासी को बुला कर कहा- "लक्ष्मण, इस आइ. एस. को फौरन यहााँसे तनकाल ि◌ो कह ि◌ो, इसके ललए यहा ◌ाँकोई काम नहींहै। लक्ष्मण ने उसका गला पकड कर फौरन तनकाल दिया।

१३. मनुष्य

संसार में मनुष्य सबसे अगधक श्रेष्ि और महान प्राणी है। वह का चमत्कार है। वह अपने-आप में एक छोटा संसार है। वह ईश्वर की मत त ि◌है। सार रूप में वह ईश्वर ही है।

वही एक ऐसा प्राणी (सामाजजक पशु) है जो हाँसता है, रोता है, चलता है और भला बुरा समझता है। संसार में जजतने प्राणी है, उन सबका वही एकमाि नायक तथा शासक है।

खाना और सोना—ये ि◌ो बातें मनुष्य और अन्य प्राखणयों में समान हैं; लेककन मनुष्य दिव्य ज्ञान पाता है और खिु ईश्वर बनता है।

१४. उत्तम बातें

आत्मा का ज्ञान ही उत्तम ववद्या है। मन पर ववजय प्राप्त करना ही उत्तम ववजय है। आत्मा का नाि या अनहि नाि ही उत्तम संगीत है। प्रसन्नता ही सवोत्तम औषगध है।

अपनी इजन्ियों और मन के साथ संग्राम ही सवोत्तम संग्राम है। सवोत्तम ववज्ञान आत्म-ववज्ञान है। सवोत्तम वैद्य उपवास है। सवोत्तम ज्ञान ि◌सरों की दहंसा न करना है। मध्यम माग ि◌ही सवोत्तम तनयम है।

तनष्काम सेवा ही सवोत्तम गखणत है, जो सुख को ि◌ना करता है और ि◌ुःख को घटा ि◌ेता है। सवोत्तम इंजीतनयरी मृत्यु-निी के ऊपर ईश्वर तक श्रद्धा का पुल बाधाँना है। सवोत्तम कला सुरीले स्वर में महामन्ि का उच्चारण है। उत्तम स्वाध्याय है 'म ◌ैंकौन हाँ' का अनुसन्धान करना और सांसाररक बन्धनों से मुतत होना।

१५. मनुष्य श्रेष्ि है

सब प्राखणयों से मनुष्य श्रेष्ि है, तयोंकक उसमें ज्ञान है। वह जानता है कक सही तया है, गलत तया है और भला तया है, बुरा तया है।

वह जहाजों सेबडेसागर पार कर सकता है और वायुयान से आकाश में उड सकता है। सागर में ि◌ुबकी लगा सकता है। वह ि◌र बैि◌ सागथयों सेबातें कर सकता है।

वह महायोगी या पजण्ति बन सकता है। उसके पास तकि, अन्वेषण, ववववेचेना और गचन्तन-मनन करने की शजतत है।

१६. दहन्-धिमग्रिन्थ

दहन्-धिमग्रिन्थ छह हैं : श्रुतत, स्मृतृत, इततहास, पुराण, आगम और िशनि ।

श्रुतत के अन्तगति चार उपविे, छह आगम और चार वि हैं। इन विों के अन्तगति संदहता, ब्राह्मण, आरण्यक और उपतनषद् है।

मनुस्मृतृत याज्ञवल्तयस्मृतृत, पाराशरस्मृतृत आदि कई स्मृतृतया ाँहैं।

रामायण, योगवालसष्ि महाभारत, हररवंश इत्यादि इततहास हैं। कुल िारह पुराण हैं। सबसेप्रमुख पुराण भागवत है। इनके अततररतत और भी कई छोटे-छोटे पुराण हैं।

पजा के ववधान आगम कहलातेहैं। पांचरिा आगम सबसे अगधक प्रलसद्ध है। तन्ि शास्ि आगम के अन्रि ही है।

न्याय, वैशेवषक, सांख्य, योग, मीमांसा और विान्त ये छह िशनि है। सभी िशनिों में बािरायण का विान्त प्रमुख है।

इन सबमे प रा दहन्- धम िसमाया हुआ है।

१७. संख्या

एक ईश्वर है जो सारे ववश्व का शासक है। एक है सय िजो इस ववश्व को प्रकाश िेता है।

ि हैं अजश्वनीकुमार। िो हैं मानव के प्रकार — पुरुष और स्िी ।

तीन हैं दहन्-धिम िके िेवता। तीन हैं वि जजनसे ेब्राह्मण-धम िबना है।

चार हैं वण िऔर चार हैं आश्रम चार हैं जीवन की अवस्थाए ाँ(जाग्रत, स्वप्न, सुषुजप्त और तुरीय) ।

पाचाँ हैं यज्ञ की अजग्न । पाचाँ हैंमलभत तत्त्व ।

छह हैं ऋतुए।ाँ छह हैं वि के अंग ।

सात हैं महवष ि। सात हैंसंगीत के स्वर ।

आि हैं राजयोग के अंग । आि हैं पणतिा की लसद्वधयााँ।

नौ हैं तनगधया।ाँ नौ है संख्या का अन्त ।

१८. पहला

ईश्वर की प्रथम सृजृष्ट थी जल । इस ववश्व में पहली ध्वतन तनकली थी ॐ । ब्राह्मण को िीक्षा िेनेका पहला मन््गायिी है। इस धरती का पहला राजा पृथुु था।

पहला काव्य रामायण है। अमरीका जानेवाला पहला आिमी कोलम्बस था। पहला छापाखाना खुला जमनिी में जीवन को प्रेरणा िेनेवाली पहली चीज श्रद्धा है।

आध्याजत्मक साधक को जजन-जजन बातों से बचना है, उनमें से पहली है कुसंगतत। भारत आने वाले ववैिलशयों में पहला था वास्कोडिगामा। सबसे पहला भारतीय गवनरि लािि लसन्हा था।

पाप करने वाला सबसे पहला पुरुष आिम था। िुःख का पहला कारण है अज्ञान । सबसेपहला दहन्ि-धमग्रिन्थ ऋग्वेि है। सब आध्याजत्मक साधनाओं में पहली साधना जप है।

१९. सय ि

हे वासुिेव! इस चमकीले सय िको िेखो। वह अपना कतव्यि तनयलमत रूप से करता है। वह िीक समय से तनकलता है। तुम भी सय िके समान ही तनयम पालन करो। उिय होते ेसमय सय िमें ककरणें नहींहोतीं।
वह त्रबना तेल और बाती के जलता है (या चमकता है)। उसके अन्िर अपार शजतत भरी है। सय िको पैिा करने वाला ईश्वर है। सय िजाडों में गरमी िेता है। उसी सेबािल बनते ेऔर वषा िहोती है। सय िके ही कारण सारे पेड-पौधे ेबढ़ते े हैं। यदि सय िन हो तो िणु्सिे सब मर जाय।ें

सय ितनकलते ेसमय और अस्त होते ेसमय हृिय बडा प्रसन्न होता है। उससेअच्छा स्वास्य्, तेजजस्वता और आखाँ की ज्जयोतत प्राप्त होती है। रोज प्रातुःकाल, ववशेषतुः रवववार के दिन, आदित्यहृिय स्तोि का पाि करो। इससे तुम जीवन में सफलता प्राप्त करोगे,े स्वस्थ रहोगे ेऔर िीघ िआयुष्य पाओगे। प्रातुः और सायंसय िको अघ्य ि प्रिान करो।

२०. ववश्व के सात आश्चय ि

आगरा का ताजमहल, पीसा की झुकी मीनार, बेबीलोन का झल ता बगीचा, लमश्र के वपरालमि, रोस शहर का कोलोसस, चीन की बडी िीवाल और शाहजहा ाँका मय र लसंहासन—ये ववश्व के सात आश्चय िहैं। ताजमहल बािशाह शाहजहा ाँकी बेगम मुमताज की कब्र पर बनाया गया है।

इटली के पीसा नामक स्थान पर जो मीनार है, वह एक तरफ को झुकी हुई है। अपनेप्रयोग करते ेसमय गैलललललयो ने इसका इस्तेमाल ककया था।

बेबीलोन का बगीचा पानी में तैरै रहा है।

कादहरा में वपरालमि हैं। ये पत्थरों से बनी ववशाल संरचनाए ाँहैं।

कोलोसस एक बहुत बडी मत त िहै, जो कुस्तुनतुतनया के बन्िरगाह पर बनायी गयी है जजसके िो पैर

बन्िरगाह के िोनों तरफ हैं।

चीन की िीवाल मंगोललया और चीन के बीच बनायी गयी थी। वह संसार की सबसे बडी िीवाल है।

मय र लसंहासन अपनी कारीगरी और नतकाशी के ललए प्रलसद्ध है।

एक िस रा आश्चय िहै मन I ककन्तु आश्चयोंकाआश्चयितुम्हाराअपना अमर आत्मा है।

२१. दहन्ि-धम ि

दहन्ि-धम िदहन्िुओं का धम िहै। भारत के ऋवष-मुतनयों ने इस धम िकी स्थापना की। दहन्िुओं का पववि ग्रन्थ वेि है। दहन्ि-धम िकहता है—“भलेबनो। भला करो। ईश्वर और मनुष्य के प्रतत अपने कतव्यि का पालन करो। शुद्ध रहो। सिाा रहो। ईश्वर की पजा करो। उसकी शरण में जाओ। ककसी से घृणा मत करो। सभी प्राणी ईश्वर के ही रूप हैं। सत्य बोलो। ककसी प्राणी की मन, वाणी और कम िसे दहंसा न करो।"

वेि चार हैं। पुराण अिारह हैं। व्यास मुतन ने अिारह पुराण, चार वेि और महाभारत की रचना की। महाभारत पाचाँवा ाँवेि माना जाता है। रामायण, भागवत और भगवद्गीता दहन्िुओं के अत्यन्त वप्रय ग्रन्थ हैं।

दहन्ि ईश्वर की पजा करते ेहैं। वे भगवान ्राम, कृष्ण, लशव या िेवी की पजा करते हैं। वे रोज मजन्िर जाते ेहैं और पजा करते ेहैं।

शिम अध्याय

लशवानन् और ववश्व के बालक

पि

१. दिनचयिा का पालन करो

ज्जयोतत-सन्तानो!

आशा है, तुम स्वस्थ होगे। इस समय शायि तुम लोग यह कायक्रिम बनाने में लगे होगे ेकक गरमी का
अवकाश कैसे ेत्रबताया जाये। पर ध्यान रखो, अपना सारा समय खेल-कि और व्यथ िकी गपशप में मत त्रबताना ।
एक काम करो। एक दिनचयिा बना लो और कडाई से उसका पालन करो। त्रबलकुल बडे सवेरे अथात् ्साढ़े चार बजे े
उि जाओ। ईश्वर का नाम लो । हाथ-मुहाँ धो कर कम-से-कम आधा घण्टा प्राथनिा करो या भजन गाओ। कफर
पढ़ाई में लगो। कौन-कौन-से दिन तया-तया पढ़ना है, इसका भी क्रम बना लो। ो-ढाई घण्टा पढ़ चुकने के बाि
धि, ो-एक त्रबस्कुट या ऐसा ही कुछ जलपान कर लो। कफर अपनी माता या ककसी िसरे के घरेल काम में हाथ
बटााँओ। कफर स्नान करके लगभग पन्रिह लमनट तक ईश्वर का भजन करो। खाना चाहे ककतना भी स्वादिष्ट
लगे, पर अगधक मत खाओ। अगधक खाने से आलस्य बढ़ेगा और स्वास्य् त्रबगड जायेगा। उसके बाि घण्टा-भर
आराम करो। कफर पढ़ाई में लगो और घर पर करने के ललए पढ़ाई का जो काम हो, उसे कर ालो। कुछ आराम
करो। आराम के समय माता-वपता सेया भाई-बहन से अच्छी और धालमकि बातें कर सकते हो।

तीिपहर बाि खेलने ेके ललए बाहर जाओ। शाम होने लगे, तो टहलने जाओ। शाम को घर लौट कर हाथ-पैर
धोओ, आधा घण्टा भजन करो और पढ़ाई करो। उसके बाि रात का भोजन करो। लगभग पन्रिह लमनट आराम

करो या टहलो। साढ़े नौ बजेसो जाओ; पर सोनेसे पहलेपन्रिह लमनट प्राथनिा करो, ववस्तर पर लेटे-लेटे ईश्वर का ध्यान करो।

जल्दी सोये जल्दी जागे, तननक नहींदु:ख ाये ।
बुद्धि और स्ास्थ्य् बढे, िन उसके घर आये ।।

इस वातय को िश बार पढ़ो और यिा कर लो। तया तुम अब त्रबना िखे ही इसे कह सकते हो? केवल यिा कर लेना ही काफी नहींहै। जैसा कहते हो, वैसा करना भी होगा।

तब तुम बहुत अच्छे बच्चे बनोगे और सब लोग तुमसे प्यार करेंगे। ईश्वर तुम पर प्रसन्न होगा। भगवान् तुम्हारा भला करे !

-स्ामी मशिानन्द

२. पररश्रमी रहो

भगवती मा ाँके पुिो!

नमस्कार। ॐ नमो नारायणाय ।

आशा है तुम सब अच्छे हो मेरा ववचार है कक तुम लोगों का गरमी का अवकाश सानन्द बीता होगा। मुझे े बताना कक तुम लोगों ने अवकाश कैसे ेगुजारा । सारा समय खेलते ेही तो नहींरह गये ? पढ़ाई बन्द तो नहींकर िी थी? नहीं, ं म ैंनहींमानता की तुम शरारती बच्चे ेहो। आशा है तुमने खेल के साथ-साथ अपना पाि भी िीक से पढ़ा होगा। है न? इसके अलावा अपने माता-वपता की, भाई-बहन की और लमिों की सेवा भी की है न? अब एक सुन्दर कहानी सुनो।

िो लडके थे। िोनों पडोसी थे। एक धनी आिमी का लडका था। उसका नाम िुलाल था। िूसरा गरीब लडका था। उसका नाम गोपाल था। िोनों एक ही स्क ल में और एक ही कक्षा में पढ़तेथे। िुलाल को पढ़ाने के. ललए उसके मास्टर घर पर आते ेथे। लेककन गोपाल को कोई पढ़ानेवाला न था। इसललए गोपाल को अपनी तैयारी करने के ललए कडा पररश्रम करना पडता था। िो–िो लशक्षकों के होते ेहुए भी िुलाल का मन पढ़ाई में नहींलगता था। वह खेलना अगधक पसन्द करता था। इसललए वह अच्छा ववद्याथी नहींबन सका।

गरमी की छुट्दटयों में गोपाल ने कडी मेहनत की और अपनी पढ़ाई प री कर ली, लेककन िुलाल ने अपना सारा समय खेल में ही गाँवा दिया। गरमी की छुट्टी समाप्त होनेके बाि परीक्षा के दिन आये। परीक्षा का पररणाम घोवषत हुआ। पता चला कक गोपाल अपनी कक्षा में प्रथम आया और िुलाल अनुत्तीण ि रह गया।

िुलाल की तरह न रहो। गोपाल की तरह बनो। सिा खेलने ेसे पहले ेअपना पाि प रा करो। तब तुम अच्छे लडके बनोगे ेऔर सब तुम्हें प्यार करेंगे।

भला बालक बनने के ललए भगवान् ्का आशीवाि तुम्हें प्राप्त हो !

- मशानन्द

२. आलसी न रहो

ज्जयोतत सन्तानो!

नमस्कार। ॐ नमो नारायणाय ।

तुम्हें यह पि ललखतेहुए मुझे बडी प्रसन्नता है। तुम छोटे हो। तुम पववि हो। तुम दिव्य हो। तुम्हें अभी से दिव्य जीवन जीना शुरू करना चादहए।

सत्य बोलो। खेल-खेल में भी िस रों को सताओ नहीं। माता-वपता, गुरुजनों और लशक्षकों का सम्मान करो और उनका कहना मानो। सबसे ्प्रेम करो। जैसी भी बन सके, सबकी सेवा करो। जानवरों पर िया रखो। सबके सहायक बनो। ईश्वर सबका प्रभु है। भगवान् ्सज्जजनता और प्रेम है। प्रेम और भजतत से ईश्वर का भजन करो। यही दिव्य जीवन है। कभी आलसी न रहो। आलसी रहना बहुत बुरा है। इस पर एक कहानी सुनो।

बहुत दिन पहले ्की बात है। िो पडोसी थे। एक थी चींटी और िस रा था दटड्डा। चींटी बडी मेहनती थी। खब काम करती थी। वह सिा जाडे के दिनों के ललए अनाज इकट्ठा करती रहती थी।

पडोसी दटडा बडा आलसी था। सारी गरमी उसनेगाने में, मौज-शौक में त्रबता िी। जाडा आया। उसके पास खाने ्को कुछ न था। एक दिन वह अपनी पडोसी चींटी के यहा ्ँगया और उससे ्खाना मांगा। चींटी ने कहा- "िोस्त! गरमी के दिनों में तुम तया करते ्रहे?" दटड्डेने कहा- "गाता रहा।" चींटी ने कहा- "अब जाडे में नाचो। म ्ैंतया करूँ ? तुम्हें िेनेके ललए मेरे पास अगधक नहींहै।"

बेचारा दटड्डा रोता-पछताता घर आया। सारा जाडा उसे ्भ खे रह कर ही गुजारना पडा। इस कहानी का सार यह है कक कभी आलसी न रहो। सिा काम में लगे रहो। अपने भववष्य के ललए कुछ-न-कुछ बचाया करो। कभी भीख या उधार न मागोँ ।

म ्ैंनये साल के ललए तुम सबकी सफलता, प्रसन्नता और आनन्ि की कामना करता ह ्ाँ।

सस्नेह, प्रेम और ॐ

तुम्हारा आत्मस्वरूप,

स्िामी मशिानन्द

४. अहंकारी कौआ

यह एक घमण्ड़ी कौए की कहानी है। अपनेघमण्ड के कारण उसनेअपनी रोटी खो िी। एक बार एक घमण्ड़ी और म ख िकौआ एक पेड की ऊँची चोटी पर बैा था। उसकी चोंच में रोटी का एक टुकडा था। एक लसयार की नजर उस पर पडी। लसयार बडा चालाक था। वह भ खा भी था। उस रोटी को पाने की इच्छा वह करनेलगा। लेकेकन कौआ पेड के ऊपर था। लसयार ने एक उपाय सोचा। उसनेकहा, “पेड पर ककतना सुन्दरि पक्षी बैा है! यह तो स्वग िसे ही उतरा िीखता है। लेककन बडे िुःख की बात है। कक इतना सुन्दरि पक्षी गा नहींसकता। यदि वह गा सकता, तो न जानेककतने लोगों का मन मोह लेता।”

म ख िकौआ लसयार की बातें सुन कर खुशी से फ ल उिा और उसनेसोचा, “म ैंगा उिंतो लसयार समझ जायेगा कक म ैंगा भी सकता ह ाँ।" तब कौआ का–ाँका ाँबोल पडा और उसके मुहाँ से रोटी नीचे ेगगर पडी। लसयार ने शौक से रोटी खा ली और बोला, “ककतना घमण्ड़ी और म ख िकौआ है त । "

सि रे लोग खुशामि करें, तो घमण्ड न करना। तुम घमण्ड करोगे, े तो लोग तुम्हें आसानी से िग सकते हैं। घमण्ड हमेशा पतन की ओर ले जाता है। तनरहंकारी रहो। लोग तुमसे प्यार करेंगे। ईश्वर तुम्हारा भला करें!

- मशिानन्द

५. लालची कुत्ता

दिव्यत्व की सन्तानो !

नमस्कार। ॐ नमुः लशवाय ।

आज म ैं तुम लोगों को एक लालची कुते्ते की कहानी सुनाना चाहता ह ाँ। एक लालची कुत्ता था। कई दिनों से उसे ेखाना नहीं ंलमला था। सौभाग्य सेउसे ेएक दिन मांस का एक टुकडा लमला। उसको ले कर वह एक तालाब के पास गया ताकक वह उसे ेमजेसे खा सके। ज्जयों ही उसनेपानी में िेखा, उसे ेअपनी परछाईं दिखायी पडी। उसनेसोचा कक

यह कोई िस रा कुत्ता अपने मुहाँ में मांस का टुकडा ललये हुए आ पहुाँचा है। वह लालची था, इसललए उसने मांस के उस िस रे टुकडे को भी छीनना चाहा ताकक उसे िो टुकडेलमल जाय।ें वह तुरन्त पानी में कि पडा और उस कुते्ते से लडने लगा। लेककन वह ज्जयों ही पानी में क िा, मांस का टुकडा उसके मुहाँ से पानी में गगर पडा और खो गया। इस भाताँत अगधक लालच करने से कुत्ता अपना भी मांस खो बिा।

लालच मत करो। लालच से कष्ट भोगना पडता है। लालच करोगे,े तो कोई तुमसे प्यार नहींकरेगा। पास में जो कुछ भी हो, लमल-बाटाँ कर उसका उपभोग करो। तब तुम्हें सब लोग चाहेंगे। जो अपनी वस्तु को िसरों को िेने के बिा उपभोग करता है, उसे भगवान् ्भी ख ब िेता है।

ईश्वर तुम्हारा भला करें! तुम सुखी रहो! सब तुम्हें प्यार करें!

- लशवानन्ि

६. अनुिार न बनो

दिव्य आलोक के पुिो,

नमस्कार ! ॐ नमो भगवते वासुिेवाय ।

मुझे इस बात सेबडी प्रसन्नता है कक म ैंतुम्हारे काम आ रहा ह ाँ। तुम अपनेमाता-वपता, गुरु जनों, लशक्षकों और साधुओं की आज्ञा का पालन करो। गीता का पाि करो और उसके अनुसार जीवन त्रबताओ। यह दिव्य जीवन है।

अनुिार न बनो। एक कहानी सुनाता ह ाँ। इससे पता चलेगा कक अनुिार रहना अच्छी बात नहींहै। एक मख बौद्ध मदहला थी। उसके पास सोनेकी बनी बुद्ध जी की एक म तत िथी। वह जहा ाँभी जाती, साथ में उस मतत िको भी ललये रहती थी। वह एक मि में गयी, जहा ाँबुद्ध की कई प्रकार की मत तयिा ाँरखी हुई थीं। उसे िसरी कोई म तत ि पसन्ि नि आयी। उसे अपनी ही म तत िप्यारी थी। जब वह ध प जलाती, तो यही प्रयत्न करती कक उसका सुगजन्धत धुआ ाँककसी िस री म तत िके पास न जाये। वह अपनी म तत िके चारों ओर एक परिा िाल िेती थी। कुछ महीनों में धुए ाँके मारे उसकी मत त िकाली और मैली हो गयी, ककन्तु बाकी िस री म ततयिा ाँचमकती रहीं।

अनुिार व्यजततयों का यही हाल होता है। वे िस रे धमों का आिर नहींकरते। लेककन भगवान् सभी धमों में है। अनुिार व्यजतत को यह मालम नहींरहता, इसललए िस रों के धम िसे वह घृणा करता है। इसललए ईश्वर उसे प्यार नहींकरते। सच्चे धम िमें सत्य, पववत्रता और प्रेम होता है। तुम कभी अनुिार न बनो।

- मशिानन्द

७. बालगीत

यहा ाँतुम लोगों के ललए एक बदढ़या गीत ललख रहा हाँ। कणस्थ कर लोगे? यदि तुम जल्िी कणस्थ कर लोगे, तो तुम बहुत अच्छे बच्चे हो । तया तुम इसे

गीत

दो छोटे नयन हदये हरर-दशनर को,

दो छोटे कान हदये हरर-गुन सुनने को,

दो छोटे चरन हदये हरर-मारग में चलने को,

दो छोटे ओंठ हदये हरर-गुन गानेको,

दो छोटे हाथ हदये हरर के काम करनेको,

और एक छोटा हृदय हदया हरर से ेप्रेम करनेको।

८. अच्छे बच्चेबनो

१. माता-वपता की सेवा करो।

२. गुरु की सेवा करो।

३. रोगगयों की सेवा करो।

४. गरीबों की सेवा करो।

५. प्रेम से सेवा करो ।

६. सेवा और भजन करो।

७. उत्सुकतापवकि सेवा करो।

८. तनुःस्वाथ िभाव सेसेवा करो।

९. सबमें भगवान् ्को उपजस्थतत मान कर उनकी सेवा करो।

१०. इस प्रकार सेवा करने से तुम अच्छे बच्चेबनोगे।

९. ज्ञान की बातें

- एक तन्रुस्ती हजार तनयामत ।
- समय ककसी के ललए रुका नहींरहता।
- व्यथ िन खोओ, स्वाथ िन चाहो ।
- खच िकरो, ईश्वर और िेगा।
- अन्त भला सो सब भला ।

- हवाई महल मत बनाया करो।
- वतत का एक टाकाँ नौ टाकोँ से अच्छा है।
- ताली ि◌ोनों हाथों सेबजती है।
- काल करे सो आज कर, आज करे सो अब ।

१०. ईश्वर का ि◌शनि करो

१. ईश्वर का गचन्तन करो।

२. ईश्वर के बारे में बोलो।

३. ईश्वर के नाम का जप करो।

४. ईश्वर का गुणगान करो।

५. ईश्वर से प्रेम करो।

६. ईश्वर की पजा करो।

७. ईश्वर की प्राथनिा करो।

८. ईश्वर के ललए रुिन करो।

९. ईश्वर को पुकारो।

१०. तब तुम ईश्वर का ि◌शनि पाओगे।

११. ज्ञान के मोती

- जरूरतमंलोगों को खन ि◌ो ईश्वर तुम्हारे पास ककसी चीज की कमी नहींरहने ि◌गा।
- कमि–फल की आकांक्षा मत रखो, वह अपने-आप लमलेगा।
- ि◌ुखी वे हैं जो लोभी हैं।
- सेवा ही पजा है।

- जो बचाता नहीं, वह कुछ भी नहींकमाता ।
- ववपवत्त का सामना दहम्मत से करो।
- बुरे दिनों के ललए कुछ बचातेरहो।
- सत्य के लसवा कुछ भी स्थायी नहींरहता।
- सिर्ि स कर खाना खतरनाक है।
- व्यथ िगाँवाओ नहीं, स्वाथ िचाहो नहीं।
- प्रेम करोगे,े तो प्रेम पाओगे।
- समय पर हर चीज सुहाती है।
- काम ही फल है, बातें तो केवल पत्ते हैं।
- नाम बडिेशनि थोडे।
- हर दिन के बाि रात आती है।

१२. इन्हें अपनाओ

- तया तुम सबसे अगधक वप्रय बच्चे बनना चाहतेहो ? यदि हााँ, तो सिाा रहो। सौम्य रहो। महान् ्बनो।
  प्रसन्न रहो। सत्यविाी रहो। सुशील रहो।
- तनष्ठावान् ्बनो। उिार रहो। धैयैशील रहो। तनु:स्वाथ िबनो।
- बुरा न िखो। बुरा न सुनो। बुरा न बोलो। बुरा न करो। पववि बोलो। पववि सोचो। शुद्ध भावना रखो।
  अपनेप्रतत सच्चे ेरहो। सोते हुए स्वप्न में मनैं िखा, सौन्यि िही जीवन है; जागने पर पाया कक कतव्यि ही जीवन है।

इन उपयुतित वातयों को िश बार पढ़ो। पुस्तक बन्ि रखो। तया तुम अब इन्हें िोहरा सकते हो ?

१३. इनका त्याग करो

- घृणाा मत करो।
- घबराओ नहीं।
- सिरों को िुःख न िो।
- बुरी संगतत में न रहो।
-

● ि स रों को ि ोष न ि ो।

● आलस्य न करो।

● खराब शब् ि बोलो।

● क्रोध न करो।

● लोभ न करो।

● झ ि न बोलो।

तब तुम भलेबनोगे।

१४. अच्छे बच्चेबनोगे

● कम खाओ, कम वपओ, कम बोलो, कम सोओ।

● थोडी सेवा करो, थोडा ि ान करो, थोडी ि मि करो।

● कुछ पजा करो, कुछ जप करो, कुछ कीतनि करो।

तब तुम अच्छे बच्चे बनोगे।

*

खेलख़ेलमें हदन और रातनहींगँाऊँगा।

अिनाकतव्रय करके म ैंसुखसन्तोषिाऊँगा ।।

यह गीत ि श बार बोलो। तया अब इसे ि खे त्रबना ि ोहरा सकोगे? े नहीं, खाली ि ोहराना काफी नहींहै। जैसा बोलते े हो, तया वैसा करते े भी हो ? यह दिव्य जीवन है।

भले बनना चाहो तो—

अच्छा ही ि खो, अच्छा ही सुनो, अच्छा ही सोचो।
अच्छा ही करो, अच्छा ही बोलो, अच्छा ही पढ़ो।
अच्छा ही ललखो, अच्छा ही खाओ, अच्छा ही वपओ ।

१५. ईश्वर तुम्हें मन से चाहेगा

- भजततप वकि प्राथनिा करो। तनु:स्वाथ िहो कर प्राथनिा करो।
-
- उत्साह सेप्राथनिा करो। सच्चाई सेप्राथनिा करो।
-
- मानलसक प्राथनिा करो। हृिय सेप्राथनिा करो।
-
- तनष्कपट हो कर प्राथनिा करो।

ईश्रि तुम्हें िूरे मन से चाहेगा।

१६. ईश्वर ही सब कुछ है

१. ईश्वर तुम में है।

२. ईश्वर प्रत्येक व्यजतत में है।

३. ईश्वर प्रत्येक वस्तु में है।

४. ईश्वर जीवन है।

५. ईश्वर प्रकाश है।

६. ईश्वर सत्य है।

७. ईश्वर सुन्िरिता है।

८. ईश्वर शाजन्त है।

९. ईश्वर पणतिा है।

१०. ईश्वर प्रेम है।

१७. ज्ञान के कण

बच्चो! यहााँकुछ स जततयााँ िी जा रही हैं। प्रयत्न करके िेखो, इनमें ककतनी रोज यिा कर सकते हो। स्मरण-शजतत बढ़ाने ेका यह एक अच्छा अभ्यास है। यदि तुम इन सबको यिा कर सको, तो तुम्हारी स्मरण शजतत उत्तम है। एक िरजन स जततया ाँयिा कर सकने पर बहुत अच्छी, नौ यिा करने पर अच्छी और छह यिा करने पर साधारण है। स्वयं परीक्षा करके िेखो।

- मजन्रि में गचराग जलाने से पहले ेअपनेघर में जलाओ।
- जल्बाजी सेबरबाी होती है।
- ताली िोनों हाथों सेबजती है।
- प्रेम सबसे बडा इलाज है।
- व्यथ िपररश्रम न करो।
- हथेली पर िही नहीं जमता ।
- जल्ी सोये, जल्ी जागे े

- ततनक नहींुःख पाये;
- बुद्गध और स्वास्य् बढ़े,
- धन उसके घर आये।

सेवा त्रबन मेवा नहीं।

-

- अपनेमुहाँ लमयालाँमट्‌ बिनने से काम नहींचलता।
- तेतेपावाँ पसाररए जेती लाबाँी सौर।
- दृजष्ट सेओझल, मन से ओझल ।

- पश्चात्ताप प्रायजश्चत्त है।
-
- महान् ्उपलजब्धयााँ संकट सेयुतत होती है ।
- अधजल गगरी छलकत जाये ।

- धोबी का कुत्ता, घर का न घाट का ।

१८. कुछ अन्य सजततयाँ

(१)

- सिा ईश्वर पर भरोसा रखो।
- अपमान और आघात सहन करो।
- वाणी पर तनयन्णि रखो।
- ककसी को िगो मत।
- कुसंगतत भयावह है।
- तनभयि बनो।
- तेि ेजाओ, ईश्वर प्रसन्न होगा ही ।
- सिरों की सहायता करना पुण्य है।
- सताना पाप है।
- जप युद्ध-कवच है।
- ज्ञान फल है।
- पर दहत के ललए ही जजओ ।
- मन धोखा िेता है, सावधान रहो।
- क्रोध का प्रारम्भ से ही उन्म लन करो।
- उिारता से लोभ को जीतो ।

- शुद्ध मन तुम्हारा लमि है।
- शाजन्त प्रगतत का माग िहै।
- ईश्वर के गुण-गान गाओ।
- मिु ुबोलो, मधुर बोलो।
- प्रेम ही सेवा है।
- अपनेको जानो।
- सद्गुण जीवन का आधार है।
- आनन्ि तुम्हारे अन्िर ही है।
- भले के ललए पुरुषाथ िकरो ।
- ईश्वर तुम्हारी तनगध है।
- संख्या सेजुडे नहीं, तो शन् य का कोई म ल्य नहीं ।
- ईश्वर से जुडे नहीं, तो जीवन का कोई म ल्य नहीं ।

(२)

- आडेवतत काम आने वाला ही सच्चा लमि है।
- न आनेसे िर में आना अच्छा है।
- मन से भी ककसी का बुरा न सोचो।
- सिरों के साथ वैसा ही व्यवहार करो, जैसा अपने ललए चाहते हो ।
- एक असत्य िसरे असत्य को न्योता िेता है।
- पराजय ववजय की सीढ़ी है।

- ईश्वर ह्रिय को िेखता है, रूप को नहीं।
- ेनिवाला सुख भोगता है।
- जब त जागे,े तभी सबेरा ।
- जैसा बोओगे,े वैसा ही काटोगे।
- अवसर के ललए तैयार रहो।
- सोच कर काम करो।
- ऊँची िुकान, फीका पकवान ।
- लोभ के समान पाप नहीं।
- आखाँ से िर , मन से िर
- अशकफिया लुटें, कोयले ेपर छाप ।
- ककसी से झगडो नहीं ।
- हथेली पर िही नहीं जमता ।
- कथनी और करनी अलग-अलग हैं।
- अतत कभी भली नहीं ।
- एकता में बल है।
- पाप अपना िण्ि खिु लाता है।
- जहा ाँचाह है, वहााँराह है।
- अपनेमन की परीक्षा करो।
- ईश्वर ही सच्चा लमि है।
-
-

- ईश्वरि–शनि का उत्साह रखो।

१९. जल्बिाजी से बरबािी होती है।

मशक्षक : सोहन, मोहन और ववजय-तुम सब-के-सब यहााँ हो। बहुत ही अच्छा। सोहन, तुम कब आये ?

सोहन : जी, म ैंआज सुबह आया ।

मशक्षक: तया चाहते हो? हमेशा की तरह आज शाम को भी कहानी वाला कायक्रिम चलाया जाये ?

लडके : जी हााँ।

मशक्षक : िीक इस बार में तुम लोगों सेकोई दिलचस्प कहानी सुनना चाहता ह ाँ। तुममें से कौन-कौन कहानी सुना सकता है? हाथ उिाओ।
(सब अपना हाथ उिाते ेहैं।)

मशक्षक : बहुत अच्छा । इसका मतलब है कक तुम सब कहानी पढ़ने में रुगच रखते ेहो। तो बारी-बारी से सुनाना ।

(ववजय पहले ेहाथ उिा कर बताता है कक वह कहानी सुनाना चाहता है।)
बहुत िीक। ववजय! अब आगे ेआओ और हम लोगों को कोई बदढ़या कहानी सुनाओ।

विजय: एक जंगल में एक लशकारी एक अकेली झोपडी में रहता था। उसके पास एक वफािार लशकारी कुत्ता रहता था, जजसका नाम टाइगर था। एक दिन लशकारी की पत्नी बीमार हो गयी, इसललए अपने बच्चे को उस कुते्ते के सुपिुि कर वह लशकार खेलने ेचला गया। इस बीच एक भेडडया उस झोपडी में घुस आया, जहााँवह बच्चा सोया हुआ था। वह पालने पर झपट पडा और बच्चे ेको खाने ेकी कोलशश की। कुते्ते ने एकिम भेडेडये पर हमला ककया। िोनों के बीच खब लडाई हुई। अन्त में भेडडया मारा गया। और कुत्ता अपनेमाललक के बच्चे को बचाने ेमें सफल हो गया। लेककन इस लडाई के बीच कुते्ते का मुहाँ ख न से सन गया।

लशकारी घर लौटा। कुते्ते के मुहाँ पर ख न िेख कर उसने सोचा कक सम्भव है, इसने मेरे बच्चे ेको खा ललया। इस ववचार से वह क्रोध से पागल हो गया। उसनेकुते्ते को तत्काल ही गोली मार िी।
कफर झोपडी में जा कर िेखा, तो बच्चा आराम से सोया हुआ था और पास में भेडडया मरा पडा था। अब सारी बात उसकी समझ में आयी। तब वह उस कुते्ते के ललए बडा पश्चात्ताप करने लगा, जजसने अपनी जान पर खेल कर

माललक के बच्चे की रक्षा की। वह बहुत पछताया और रोने लगा, लेककन उसका रोना-धोना कुत्ते को जीववत न कर सका।

सोहन : ऐसा कौन है जो टाइगर समान वफािार कुत्ते को पालना न चाहे ? ककन्तु ऐसे माललक को गधतकार है, जजसने कुत्ते की वफािारी पर सन्िेह ककया और उसे ेतत्काल ही मार िाला! ककतने खेि की बात है!

मोहन : हााँलमि! म ैंतुमसे सहमत ह ाँ। माललक वास्तव में बडा म ख िथा। कुत्ते के मुहाँ पर ख न लगा िेख कर

वह
एकिम भडक गया और अपनी ववचार-शजतत खो बैिा। जस्थतत समझनेके ललए वह एक पल भी रुक न सका। अपनी आखााँ से िेख कर सारी जस्थतत समझ लेनेके ललए वह झोपडी के अन्िर तक न गया। **विजय :** ऐसेक्रोधी,

अववववेकी, उतावले,े धैयहीन, आसुरी वृवत्त वाले लोगों की इस संसार में कमी नहींहै।

मशक्षक : बहुत ख ब! लशकारी की जल्िबाजी के प्रतत तुम लोगों की प्रततकक्रया और हर-एक के तुम्हारे अपने-अपने दृजष्टकोणों को म ैंशाजन्त से सुनता रहा ह ाँ। मुझे इस बात की खुशी है कक तुम लोगों में से ककसी ने भी उस माललक
के पक्ष में नहींकहा और उसके नृशंस काम की तथा कुत्ते के प्रतत उसके अववश्वास की तनन्िा की। इसललए ध्यान रखो कक सन्िेह या शंका सबसे बडा शत्रु ुहै। उससेमन अशान्त हो जाता है। क्रोध और सन्िेह से मनुष्य का वववेके नष्ट जाता है।

तया तुम जानते ेहो कक वह लशकारी इतना उतावला, धैयहीन बन कर तयों ऐसा नृशंस काय िकर बैिा ?. अववववेकी और

(कुछ समय तक शाजन्त रही। कोई उत्तर नहीं िे सका।)

मशक्षक : इसका एक ही कारण था कक उस आिमी के मन में अपनेबच्चे ेके प्रतत आसजतत थी। उसके मन में अपने इकलौते बच्चे के प्रतत बहुत प्यार और मोह था और इसीललए वह तत्काल उत्तेजजत हो उिा, गुस्से से पागल हो गया और ववचार-शजतत खो बैिा। क्रोधावेश में वह िीक बात का ववचार नहींकर सका।

बच्चो ! नरक के तीन द्वार जानते ेहो? **लडके:** जी नहींवे कौन-से हैं? **सोहन:** (धीमी आवाज में) तया राजमहल की भातााँत नरक का भी कोई द्वार होता है।

(सब हाँसते हैं।)

मशक्षक: तो बच्चो, ध्यान से सुनो! काम, क्रोध और लोभ ये तीन नरक के द्वार हैं। मनुष्य जब क्रोध करता है, तब उलझन में पड जाता है, वह स्मृतृत और समझ खो बैिता है। क्रोध में जो मन में आये, उसी को बकनेलगता है और जैसा मन में आये, वैसा कर बैिता है। वह हत्या कर िेता है। एक भी चुभता हुआ शब्ि लडाई और ख न का कारण
बन जाता है। क्रोध में मनुष्य होश - हवास खो बैिता है। उसकी बुद्गध उसका साथ नहीं ंिेती। उसे ेमाल म नहीं ंहो पाता कक वास्तव में वह कर तया रहा है। वह प री तरह सेक्रोध के प्रभाव में रहता है। क्रोध आत्मज्ञान को नष्ट कर
िलिता है। यह शाजन्त का सबसे ेबडा शिु है। सभी िगुणि, िोष और कुकम िक्रोध से ही पैिा होते ेहैं। जजसने क्रोध को
जीत ललया है, वह कभी गलत या बुरा काय िनहींकर सकता । अप्रसन्नता, रोष, उत्ेतेजना तथा गचडगचडाहट —ये सब क्रोध के ही अलग-अलग रूप हैं, जजनमें मािा और तीव्रता के होता है। अनुसार भेि होता है ।

सोहन: मास्टर साहब, आपने क्रोध के बारे में काफी ववस्तार से समझाया है, लेककन तया इस महािोष से बचनेका कोई उपाय नहींहै?

मशक्षक: तुमने बहुत सही प्रश्न प छा। तुम समझिार िीखतेहो। म ैंबताता ह ाँ। क्रोध को काब में करने के ललए मौन और ववचार (िीकि-ीक गचन्तन करना) - ये िो उपाय बहुत सहायक होते ेहैं। मनुष्य छोटी-छोटी बातों के ललए एकिम क्रोध में आपे ेसेबाहर हो जाता है। जब क्रोध को रोकना कदिन लगे, तो तुरन्त ही उस स्थान से बाहर चले े जाना चादहए और तेजी से टहलना चादहए। फौरन िण्ढा जल पीना चादहए।

क्रोध अथवा गचडगचडाहट मन की िुबलिता का लक्षण है।

अधेँरी कोिरी में बत्ती या टाच िजला िो, तो फौरन अधेँरा लमट जाता। है। इसी प्रकार क्रोध को उसके ववपरीत गुणों—जैसे ेधैय,ि ववचार (सही गचन्तन), प्रेम, क्षमा और सेवेा-भाव के अभ्यास से जीता जा सकता है। तब क्रोध अपने-आप शान्त हो जाता है। घृणा का शमन घृणा से नहीं, उसके ववपरीत गुण 'प्रेम' से होता है।

वह लशकारी धैय िऔर ववचार का थोडा भी अभ्यास कर पाया होता, तो उसे ेअपनेस्वामी-भतत कुत्ेते से हाथ न धोना पडता। जल्िी में तुम्हें कुछ भी नहींकरना चादहए। जल्िबाजी बरबािी लाती है। कोई काम करने से पहले े उसके बारे में िो बार सोचो। अब समझेमोहन ! तया सारी बातें समझ म ैंआ गयीं?ं

मोहन : जी हााँ, समझ गया। लशकारी और कुत्ेते की कहानी सुन कर मुझे भी ऐसी ही एक कहानी की याि आयी जो मेरे साथ घटी थी। तया म ैंउसे ेसंक्षेप में बतला सकता ह ाँ?

मशक्षक : अवश्य! तुम्हारे अनुभव सुन कर सभी लडके खुशु होंगे ेऔर कुछ सबक भी सीखेंगे।

मोहन : एक बार ऐसा हुआ कक मनैंवंशी बजाते ेहुए श्री कृष्ण का एक सुन्िर गचि खरीिा और अपनी मेज पर उसे े सजा दिया। एक दिन सुबह िेखा, तो वह वहा ाँनहींथा। मुझे ेमाल म न था कक उसे ेककसने उिा ललया। मनैं बहुत खोजा, ककन्तु कोई लाभ न हुआ जजतनी िेर में गचि खोजता रहा, उतनी िेर तक मेरी छोटी बहन कमरे में एक कोने

में खडी खडी मुस्करा रही थी। मनैंसोचा कक गचि उसी नेउिा ललया होगा और कहीं ंतछपा दिया होगा। तब गुस्से के आवेश में म ैंउसे ेवहीं ंऔर उसी समय ख ब पीटने लगा। वह जोर-जोर से रोने लगी। मा ाँिौडी आयी और उसे ेबचा
ललया। मा ाँजानती थी कक वह तनिोष है, इसललए उसे ेमारने के कारण मुझे ेख ब िाटाँनेलगी। िोपहर में मेरे वपता
जी आकफस से घर लौटे, तब सारी बात समझ में आयी। असल में बात यह थी कक उस कमरे की सफाई होनी थी। वपता जी ने यह सोच कर कक सफाई करते ेसमय फोटो पर धिि जम जायेगी, गचि को वहा ाँसे हटा कर अपनेबतसे ेमें बन्ि कर दिया था।

तब मुझे माल म हुआ कक मनैंअपनी तनरपराध बहन के साथ नाहक बुरा व्यवहार ककया । यदि कुछ धैय िऔर वववेक से काम ललया होता, तो म ैंइतनी तनिियता से पेश न आता।

मशक्षक : बहुत ख ब । अच्छा, बच्चो! अब िेर हो रही है। आज शाम का समय बहुत अच्छी तरह व्यतीत हुआ। तुम लोगों ने हमें अपने-अपनेअनुभव और कहातनया ाँसुनायीं। मुझेआशा है कक आज की बातों से तुम लोगों को खब लाभ लमला होगा। अत: प्यारे बच्चो, तुम लोग धैय,िवववचार (सही गचन्तन), दहम्मत, ववश्व-प्रेम, तनुःस्वाथ िसेवा, दृढ़ इच्छा-शजतत आदि रचनात्मक सद्गुणों का ववकास करो।

ईश्वर तुम लोगों का कल्याण करे!

लडके प्रणाम मास्टर साहब। आपके उपिेश के अनुसार ही हम व्यवहार करेंगे। हमारे ववचारों में बहुत परवतनि हो गया है। यह सब आपकी कृपा का फल है।

२०. घमण्ि हमेशा पतन की ओर ले जाता है।

मशक्षक: ओ हो! गोपाल आज तो तुम सब िीक समय से आ गये। हो। कृष्ण कहा ाँहै?

गोिाल: वह अभी कुछ ही िेर में आनेवाला है। **मशक्षक :** गोपाल, यह तो बताओ कक कल वह लाल साफे वाला आिमी कौन था और उससे तया झगडा हो रहा था ?

गोिाल: जी हााँ, वह मेरा पडोसी है। वह बडा अमीर है--- लखपतत | हमारे बडेसेि नेलमचन्ि का वह मुनीम है। उसनेएक गरीब ककसान को कुछ सौ रुपये उधार दिये थे, जजसका ब्याज वह मागााँ रहा था और ककसान िीक समय पर वह ब्याज नहींचुका सका था। इसी को ले कर झगडा था। **मशक्षक:** यह बात है। वह ककसान को धमका रहा था और उससे ेबहुत बुरी तरह पेश आ रहा था। वह अपनी सम्पवत्त,
नाम, यश, पि और प्रभाव की बडी बडाई कर रहा था। तुमनेिेखा न कक वह अपनी सम्पवत्त को ले कर ककतनी िींग मार रहा था ? तया तुम्हें उसका व्यवहार पसन्ि आया ?

गोिाल : नहीं, उसका व्यवहार ककसी तरह उगचत नहीं था। गरीब ककसान के साथ उसने जैसा व्यवहार ककया, उसकी हम तनन्िा करते ेहैं।

मशक्षक : तया तुम लोगों ने वह कहानी सुनी है—'चमकने ेवाली सभी चीजें सोना नहींहोतीं ं।' **कृष्ण :** जी हााँ, वह तो एक घमण्डी दहरन के बारे में है। तया म ैंउसे ेसुना िाँ? **मशक्षक:** हााँ, सुनाओ। **कृष्ण :** एक छोटा बारहलसंगा पानी पीने के ललए एक झरने पर गया। नीचे ेनीले ेपानी में उसनेअपनी परछाईं

िेखी। उसे ेअपनी परछाईं िेख कर बडा आश्चय िहुआ। अपने सुन्िर सींग िेख कर उसे ेअलभमान होनेलगा। उसने

सोचा- "ककतने सुन्िर सींगं मेरे पास हैं। मेरा बाकी सारा शरीर भी यदि ऐसा ही सुन्िर होता, तो इस धरती पर म ैं सबसे सुन्िर प्राणी होता। लेककन म ैंअपनी इन पतली भद्दी टांगों को िेख नहींसकता। इनके कारण मुझे ेशरम आती है।"

इतनेमें एक शेर की भयानक गजनिा सुनायी पडी। बारहलसंगा वायुवेग से भागा। वह अपनी उन्हींटांगों के सहारे, जजनकी वह तनन्िा कर रहा था, छलांगें मार कर बहुत िूर तनकल आया और शेरे बहुत पीछे रह गया। लेककन ज्जयों ही वह एक घने जंगल में घुसा, उसकी सींगें जो सुन्िर थीं और जजन्हें वह बहुत पसन्ि करता था, एक झाडी में फाँस गयीं ंऔर वह फाँस गया। इतनेमें पीछे से भ खा शेर आया और उसे ेखा गया।

इस तरह आखखर, वे सुन्िर सींगं ही, जजन्हें वह बहुत चाहता था, उसकी मृत्यु का कारण बनीं।

मशक्षक : बहुत सुन्िर । िेखो बच्चो ! वे सुन्िर सींग, जजन पर बारहलसंगे ेको बडा अलभमान था, उसकी मौत का कारण बनीं। यह सच है कक घमण्ड हमेशा पतन की ओर ले जाता है। मनुष्य के पास ज्जयों ही कुछ धन, अगधकार, नाम और यश हो जाता है, वह घमण्डी बन जाता है। वह अपने को बहुत बडा समझनेलगता है और िूसरों से घृणा करता है। उसमें अपनेको िूसरों से बहुत बडा मानने का िोष आ जाता है और िूसरों के साथ लमलने-जुलने में वह अपना अपमान समझता है।

ककसी में सेवा या आत्म-त्याग का गुण हो, तो वह कहनेलगेगा कक 'मेरे समान कौन सेवा कर सकता है? म ैं ब्रह्मचारी ह ूँ। म ैंवपछले िेश वषों से ब्रह्मचय िकी साधना कर रहा ह ूँ इत्यादि। जजस प्रकार सांसाररक लोग सम्पवत्त पा कर घमण्ड से फ ल जाते ेहैं, उसी प्रकार साधु और धालमकि लोग भी अपनेनैततक गुणों की िींग मारने लगतेहैं।

प्यारे बच्चो, यिा रखो कक इस प्रकार का घमण्ड भौततक तथा आध्याजत्मक प्रगतत के माग िमें बडा बाधक है। इसका पररणाम आखखर में पतन ही होता है।

लशवाजी के जीवन की एक घटना मुझे यिा आती है। उससे बहुत अच्छी सीख लमलती है।

गोिाल : वह कौन-सी घटना है? उसे हम सुनना चाहते हैं।

मशक्षक : अच्छा सुनो।

एक बार लशवाजी ने एक ककला बनाने के काम में एक हजार मजिर ों को लगाया। उन्हें इस बात का अलभमान था कक वह इतनेलोगों का भरण-पोषण कर रहे हैं। लशवाजी के गुरु रामिास को यह माल म हो गया। उन्होंने लशवाजी को बुला कर कहा कक उनके महल के सामने जो पत्थर पडा है, उसे तुडवा िें। लशवाजी ने एक मजिर को वह पत्थर तोडनेकी आज्ञा िी। जब पत्थर तोडा गया, तो उस पत्थर के अन्िर से एक मेढेक क ि कर बाहर आ गया।

रामिास ने लशवाजी सेप छा - "लशवा, इस पत्थर के अन्िर इस मेढक के खाने–पीने का प्रबन्ध ककसनेककया होगा ?" लशवाजी लजज्जजत हो गये। रामिास स्वामी के चरणों में झुकु कर कहा— गुरु महाराज, आप अन्तयामिी है। जब मेरे मन में यह अलभमान पिैा हुआ कक म ैंइन मजिर ों को खाना िे रहा ह ाँ, तब आप यह बात समझ गये। अब मेरे हृिय में वववेक जाग्रत हुआ है। मेरी रक्षा कीजजए। प्रभु, म ैंआपका लशष्य ह ाँ।"

बच्चो! अपनी सफलता, सम्पवत्त, धन, शजतत, यश आदि का अलभमान अपने अन्िर न आनेिो। यिा रखो कक सम्पवत्त, सुन्िरता, मान, प्रततष्ठा, यौवन सब समाप्त हो जाते हैं; परन्तु सिाचार से प ण िजीवन पर ककसी प्रकार की आचाँ नहींआनेपाती।

सभी वस्तुए ाँईश्वर की िेन हैं। हमारा कुछ भी नहीं है। हम कुछ नहींहैं। हम प्रभु के हाथों के उपकरण हैं। हमें सिा अपना मन सन्तुललत रखना चादहए, मान-अपमान, अमीरी-गरीबी, शीत-उष्ण, सुख–िुःख आदि सबका समान भाव से सामना करना चादहए। िुःख पडे, तो उसेधैयपि वकि सहना चादहए। सुख में ककसी प्रकार का घमण्ि या अलभमान नहींकरना चादहए ।

मेरा ख्याल है, आज यहींसमाप्त करें। आज के ललए इतना पयाप्ति है। तुम्हें माल म ही है कक आज सुबह हम सब जल्िी मेंहैं। ईश्वर तुम सबका कल्याण करे!

लडके : आपको बहुत धन्यवाि ! मास्टर साहब ।

२१. अवववेक की अपनी हातनयााँ हैं

(गोपाल, कृष्ण, राम आदि लडके कक्षा में प्रवेश करते हैंऔर अपनी-अपनी जगह बिै जाते हैं। कक्षा में प ण ि शाजन्त है ।)

कृष्ण : (अपनेसाथी के कान में) आज हमारे गुरु जी कुछ नाराज िीखतेहैं। िेखो, उनके तेवर चढ़े हुए हैं।

गोिाल : चुप रहो, नहींतो उनका क्रोध बढ़ जायेगा।

(सब मन्-मुग्ध की तरह चुप हैं। हर एक िर रहा है कक कहीं ंगुरु जी की क ि दृजष्ट उस पर न पड जाये। कोई बोलने की दहम्मत नहीं ंकर पा रहा है।)

मशक्षक: अच्छा बच्चो! मुझे इस बात का खेि है कक कल शाम को कुछ बच्चे घर िेर से पहुाँचे। तुम्हारे माता-वपता के लशकायत के पि मेरे पास आये हैं।

(कृष्ण दहम्मत करता है और शुरू करता है।)

कृष्ण : मास्टर साहब, आप बुरा न मानें तो म ैंउसका कारण बताऊाँ ।

मशक्षक : तुमसे मुझे ेयही उम्मीि थी। म ैंसीधा-सािा सच्चा कारण जानना चाहता ह ाँ। तुम लोग जो भी करो या बोलो, उसमें तुम्हें साहसी, ईमानिार, सच्चा और स्पष्टवािी होना चादहए। संकोची न बनो।

कृष्ण : अच्छा। कल शाम को जब हम बगीचे ेमें टहल कर लौट रहे थे, एक सकाँरी गली में हमारे पीछे एक साइककल वाला आया। वह तेजी से जा रहा था। सामने से एक बच्चा आया। बच्चे को बचानेके ललये उसने साइककल घुमायी। सामने सेएक फेरी वाला सब्जी की टोकरी ललये आ रहा था। साइककल वाला उससेजा टकराया। फेरी वाले की टोकरी नीचे जमीन पर गगर गयी और उसकी चीजें त्रबखर गयीं ं।

फेरी वाले ने साइककल वाले को पकड ललया और सब्जी का िाम उससेमागाँने लगा। िोनों में झगडा होनेलगा और चारों ओर भीड इकट्ठी हो गयी। कुछ लोग साइककल वाले ेका पक्ष लेनेलगे और कुछ फेरी वाले ेकी बात का समथनि करने लगे। गरमा-गरमी के बाि िोनों हाथापाई पर उतर आये। िोनों के कपडे फट गये और शरीर पर खरोंचें और चोटें आ गयीं ं।

कफर पुललस आयी और काफी प्रयत्न के बाि िोनों को अलग ककया। कुछ लोगों को गगरफ्तार भी ककया। िुभाग्यि से पुललस वालों ने झगडा तनपटाने ेके ललए िोनों से घ स मागीं और कहा कक जो पक्ष अगधक घ स िेगा, उसके पक्ष में फैसला ककया जायेगा। पररणाम यह हुआ कक जुमानिा और घ स िे कर िोनों पक्षों को काफी हातन उठानी पडी।

मशक्षक : तया तुम लोगों ने अपने-अपनेघर जा कर यह नहीं बतलाया कक इस घटना के कारण िेरी हो गयी?

लडके : जी, हमनेबतलाया; लेकेकन उन्हें हमारी बात पर सन्िेह था।

मशक्षक : ि ीक! म ैंि ख लाँ गा। अच्छा गोपाल, तया तुम जानते ेहो कक तुम लोग रोज यहााँ तयों आते ेहो ?

गोिाल : जी हााँ, रोज कुछ-न-कुछ नयी बात सीखने ेके ललए।

मशक्षक : ि ीक है। तो जीवन की ऐसी हर एक घटना से कुछ-न-कुछ सीखना चादहए। म ैंएक ऐसी कहानी सुनाता ह ाँ। आशा है, उससेतुम बहुत कुछ सीख सकोगे।

(सब खुशी सेताली बजातेहैं।)

मशक्षक : एक बार ि ो त्रबजल्लयों को एक रोटी लमली। ि ोनों उस पर एक-साथ ही ट ट पडीं। रोटी के ि ो टुकडे हो गये। उनमें से एक टुकडा कुछ बडा था और ि स रा छोटा। ि ोनों झगडनेलगीं। उसी समय एक बन्रि उधर से गुजरा। उसनेप छा - "बहनो, तयों झगडती हो? तया बात है?" त्रबजल्लयों ने हाल सुनाया, तो बन्रि बोला- “झगडो मत। म ैं इन ि ोनों टुकडों को तराज में तोल कर बराबर-बराबर कर ि ाँग ा।" ि ोनों राजी हो गयीं। उसनेतराज के ि ोनों पलडों में एक-एक टुकडा रखा। एक टुकडा कुछ भारी था ही। उस भारी टुकडे को बन्रि ने कुछ काट ललया और खा गया। अब ि स रा टुकडा भारी हो गया। उस टुकडे में से भी उसने कुछ दहस्सा काटा और खा गया। इसी तरह एक बार एक टुकडे को तो ि स री बार ि स रे को वह तोड-तोड कर खाता रहा। आखखर में बहुत छोटे-छोटे टुकडे बचे।

तब त्रबजल्लयों की समझ में आया कक उन्होंने म खतिा की। बन्रि से उन्होंनेवह बचा हुआ टुकडा मागााँ।

सेह सारा कष्ट व्यथा ... ी ?" उिाया ? मझेु

लेककन वह तनणाायक(बन्रि) बोला- "ि ईया, तुम यह समझती हो कक मनैं मेहनताना भी तो चादहए ? यह कह कर बचेहुए टुकडों को भी उसनेअपनेमुहाँ में ि ाल ललया। बच्चो! यह बताओ कक इस कहानी से तया सीख लमलती है? हाथ ऊाँचा करो ?

कृष्ण : जी, म ैंबताऊाँ ?

मशक्षक : हााँ, सुनाओ ।

कृष्ण : अपनेबीच कोई मामला खडा हो, तो उसे ेआपस में तनपटा लेना चादहए।

मशक्षक : त्रबलकुल ि ीक, तुम समझिार बच्चे हो । है न?

गोिाल : हमें अपनेबीच में ककसी तीसरे आिमी को आने नहीं ंि ेना चादहए।

मशक्षक : त्रबलकुल ि ीक । तुमने उत्तर प रा कर दिया। इसललए ि ेखो बच्चो, अवववेक की अपनी हातनयााँहैं। अब जानेका समय हो गया है। भगवान् ्तुम सबका भला करे !

२२. स्वाथ िऔर तुच्छता से 'िुःख भोगना पडता है

मशक्षक : मोहन, तुम आ गये? वपछले ेचार दिनों से कहा ाँथे? े

मोहन : जी, म ैंअपनी बहन की शािी में अमृतृसर गया था। आज ही सुबह वहााँसे वापस लौटा ह ाँ। **मशक्षक :** तयों

तुम सुस्त और उनींि िखतेहो ? तया तबीयत खराब थी ?

मोहन: जी नहींतीसरे िजे के डिब्बे ेमें बडी भीड थी। इसललए : रात-भर जागना पडा। एक झपकी तक नहींले सका। वैसे, यािा बडी आनन्िायिक रही।

गोिाल : मास्टर साहब, मोहन कह रहा था कक अमृतृसर से लौटते ेसमय कोई रोचक घटना घटी है उसे ेसुनने की हमारी इच्छा है।

मशक्षक: अच्छा मोहन, तुम्हारे सारे साथी तुम्हारा अनुभव सुनना चाहते हैं। तया तुम सुना सकते हो? **मोहन:** अवश्य!

अमृतृसर स्टेशन पर जब गाडी आयी, तो तीसरे िजे के डिब्बे ेमें बडी भीड थी। बडी कदिनाई से हम

डिब्बे ेके अन्िर घुस सके। एक यािी प री बथ िपर अपना पैर फैलाये लेटा हुआ था। िरवाजे पर िो हट्टे-कट्टे पिान खडे ेथे। उन िोनों ने उस व्यजतत सेउि कर बैिने ेऔर िस रों को जगह िेनेके ललए कहा। लेककन उनकी बात पर

उसनेध्यान नहींदिया। पिानों ने कफर एक बार उससे स्थान िेनेको कहा, लेककन वह बडी लापरवाही से

बडबडाया- "म ैंबहुत िर का यािी ह ाँ, इसललए पैर फैलाने के ललए मुझे अगधक स्थान की आवश्यकता है।" पिानों ने

कहा- "िस रों को असुववधा िे कर इस तरह आराम करनेका तुम्हें अगधकार नहींहै।" यह कह कर वे िोनों उस व्यजतत के पास आये और उसके िोनों ओर खडे ेहो गये। कफर उन्होंनेउसके शरीर को उिा कर नीचे फश िपर रख दिया। वह व्यजतत बहुत ही क्रोगधत हुआ और पिानों को लाल-लाल आखोंाँ से िेखता रहा। उसनेघ साँ तान ललया, ककन्तु कुछ न कर सका। िस रे सब यािी चुप रहे. ककन्तुवे मन-ही-मन हाँस रहे थेऔर इस िवनिो से बहुत प्रसन्न हुए। िोनों पिान और िस रे िो यािी उसकी बथ िपर बैि गये । (सब बच्चे ख ब हाँसते हैं।)

मशक्षक: अच्छा बच्चों, माल म पडता है कक घटना सुन कर खब मजा आया। म ैंतुम लोगों को यह चार शब्ि बताता हाँ-नीच बुद्गध', 'स्वाथ'ि, 'हि', 'िम्भ' । सोच कर बताओ कक इस िुगुणि वाले व्यजतत के ललए कौन-सा शब्ि उपयुतत है। सोचने ेके ललए म ैंतुम्हें िो लमनट का समय िेता ह ाँ।

कृष्ण : जी, मेरे ववचार से वह मनुष्य एकिम स्वाथी था। **गोिाल :** जी, वह केवल स्वाथी ही नहींथा, नीच-बुद्गध भी था। यह

तो साफ है कक उसकी गलती थी। अपनी भ ल

स्वीकार करने के बिलेवह बेहि नाराज हो गया। इससे पता चलता है कक उसकी बुद्गध बडी नीच थी।

मोहन : जी, गोपाल ि◌क कहता है। वह स्वाथी और नीच - बुद्गध तो था ही, साथ ही ि◌म्भी भी था; तयोंकक वह हिधमी प री सीट को घेरने को सही सात्रबत करना चाहता था ।

सोहन : जी, मेरे ख्याल से अब और अगधक कहनेकी जरूरत नहींहै। थोडे शब्र्ों में कहना हो, तो वह इन सारी बुराइयों का सजम्मश्रण था। पिानों के बार-बार कहने के बावज ि◌ वह उिा नहीं, इसललए वह हिी भी था।

मशक्षक : बहुत ख ब। प्यारे बच्चो, मुझे इस बात की प्रसन्नता है कक तुम लोगों ने अपना दिमाग ख ब लगाया है। तुम लोगों का यह प्रयत्न प्रशंसनीय है और थोडा-बहुत तुम सबका कहना सही है। यदि म ◌ैंइस ववषय को और अगधक स्पष्ट करने के ललए संक्षेप में एक कहानी और सुनाऊँ तो आशा है, तुम सब उसको पसन्ि करोगे।

सब बच्चे : जी हााँ। आपकी कहानी सुन कर हमें बडी खुशी होगी। **मशक्षक :** ि◌क है, सुनो।

एक बिमाश कुत्ता था। वह एक नािाँ में, जजसके अन्िर सख ◌ी घास भरी हुई थी, घुस गया। जो भी पशु पास आता, वह उस पर गुरातिा। ककसी पशु को वह घास खाने ◌ेनहींिेता था और न स्वयं ही खा सकता था। एक दिन घास खाने ◌ेके ललए एक बैल आया। कुत्ता झट से भक ◌ाँने लगा और बैल की तरफ उछला। बैल बोला- "मुझे घास तयों नहींखाने ि◌ेते ◌े? वह तुम्हारे लायक तो है नहीं।" कुत्ते ने जवाब दिया- "भले ही म ◌ैंन खा सक ◌ाँ, पर ि◌स रा कोई भी उसे ◌े खा नहीं ◌ंसकता।" बेचारा बैल चला गया।

एक दिन एक गधे ने ि◌खा कक नािाँ में स खी अच्छी घास भरी है। उसके मुहाँ में पानी भर आया । नािाँ के पास जा कर चोरी से अपना मुहाँ घास से भर ललया। कुत्ता गुरायिा और उसनेगधेको काटना चाहा; लेककन गधा उलटा घ म कर ि◌ुलुती झाडनेलगा। कुत्तेके मुहाँ पर जोर की चोट लगी और ररररयाता हुआ वहााँ से भाग तनकला। गधे ने पेट-भर घास खा ली और बाकी बैल के ललए छोड ि◌ी।

तो बच्चो, इन ि◌ोनों प्रसंगों को मन में ि◌ोहरा लो। इससेकुछ तनजश्चत तनष्कषों पर पहुाँच सकोगे।

गोिाल : जी, अब प री बात मेरी समझ में आयी। कुत्ता न स्वयं घास खा सकता था और न ककसी को खाने ि◌ेता था। तुच्छता का यह स्पष्ट उिाहरण है जो स्वाथ ि◌से भी अगधक बुरा है।

मशक्षक : बच्चो, इसका अथ ि◌यह है कक स्वाथ ि◌मनुष्य को नीचता की ओर धकेलता है। संसार में इस तरह के नीच लोग भरे पडेहैं। नीच व्यजतत ि◌स रों को सुखी और समृद्गधशाली ि◌ख कर जल-भुन जाता है। वह स्वयं तो लमिाई, फल वगैरह खायेगा, लेककन अपनेनौकर को वही चीज खाते ि◌ख कर उसका जी जलने लगता है। ि◌स रों को चाय या कोई ि◌स री चीज ि◌ेनी , तो उसमें भी वह बहुत फकि करता है। अपनेललए बदढ़या चीजें रख हो, लेगा और ि◌स रों को रद्िी चीजें बाटाँ ि◌ेगा। नीच मनुष्य सम्पवत्त हडपनेके ए अपनेभाई को जहर खखला ि◌ेनेमें भी संकोच नहीं ◌ं

करेगा। धोखा ि कर और झि बोल कर उसके धन पर अगधकार कर लेने में वह त्रबलकुल नहींदहचककचायेगा। धन एकि करने के ललए वह हर तरह का नीच कृत्य करने को तैयार हो जायेगा। वह भले ही बहुत बडा आिमी हो, समाज में उसका मान भी हो, लेककन रेलवेस्टेशन पर िो पैसेके ललए कुली से खझक-खझक करने लगेगा। मरते हुए आिमी को बचाने के ललए वह अपनेभोजन में से एक ग्रास भी नहींिेगा। उसका दिल पत्थर के समान किोर होता है। उसे माल म ही नहींकक 'िान' तया होता है।

तया तुम जानते हो कक इसका उलटा सद्गुण कौन-सा है, जजसका ववकास हर एक को करना है ?

मोहन : जी, वपछले दिनों आपनेकई सद्गुणों के नाम हमें बताये थे। मेरे ववचार से इसके ववपरीत गुण श्र्रेष्ि्ता, उिारता, िानशीलता और ववश्व-प्रेम हैं।

मशक्षक : ख ब । दिन-प्रतत-दिन तुम बुद्गधमान् बन रहे हो। िीक है। आज के ललए बस इतना ही है। अब हम खाने के ललए चलें। ईश्वर तुम्हारा कल्याण करे!

लडके : मास्टर साहब! आपको बहुत धन्यवाि।

२३. प्रलोभन से मुसीबत उिानी पडती है।

मशक्षक : सोहन, तया बात है? आज तुम उिास िीखते हो? अरे, तुम्हारे गाल पर आसाँ बह रहे हैं। तयों इतनिेु:खी हो? स्नानघर में जा कर मुहाँ धो आओ मन को शान्त करो और मुझे बताओ कक तुम तयों इतनिेु:खी हो? तुम्हारी कुछ सहायता करने की कोलशश करूाँगा ।

(सोहन स्नानघर में जाता है और पाचाँ लमनट में मुहाँ धो कर वापस लौटता है।)

मशक्षक: अच्छा, तुम आ गये। अब बताओ, तया बात है ?

सोहन : जी, आज सुबह मेरे कुछ साथी मुझे पास के फल के बगीचे में ले गये। माली वहा ाँनहींथा। हम सब आम तोड कर वहींखाने लगे। कुछ लडकों ने पके आमों से अपनी जेबें भर लीं। इतनेमें हमने िेखा कक थोडी ही िर ी पर बगीचे का माली आ रहा था। मेरे सारे साथी भाग गये; लेककन माली ने मुझे पकड ललया, मेरे कान खींचेऔर खब मार-पीट कर मुझे भगा दिया।

मशक्षक : यह सब सुन कर बडा िुःख हुआ। लेककन मुझे इस बात की खुशी है कक तुमने सब सच-सच कह दिया और कुछ भी तछपाया नहीं। म ैंसमझता हाँ कक अपनेलमिों की शरारत के लशकार तुम बने । माली से तुम्हें वपटवाने और लजज्जजत करने के ललए तुम्हें अकेला छोड कर वे भाग गये। कफर भी मुझे इस बात का आश्चय िहै कक तुम जैसा

अच्छा लडका उन सागधयों की बातों में कैसे ंआ गया। तया वह सावजितनक बगीचा है, जहा ाँजो चाहे वह जाये और मुफ्त में फल खाये ?

सोहन: जी नहींवह तो एक तनजी बगीचा है। वहााँकोई नहीं जा सकता। हम वपछले ंद्वार से घुसे थे।

मशक्षक: अरे, चोरी सेवपछलेद्वार से घुसे ! तया तुम लोगों ने बेहि गलत काम नहींककया?

सोहन: जी, सब-के-सब उधर से ही घुसे थे।

मशक्षक : तुम्हारे सब साथी यदि कुए ाँमें गगरनेलगें, तो तुम भी उन्हींका अनुकरण करोगे?

सोहन : जी नहीं, मुझे सचमुच अपनेऊपर लज्जजा आ रही है।

मशक्षक: अच्छा तो तुम अपनी गलती महस स करते ंहो। तुम लोगों को आम खाने ंका इतना शौक था, तो कुछ िर प्रतीक्षा करते ंऔर माली की अनुमतत ले लेते। ऐसा लगता है कक तुम लोगों के ऊपर प्रलोभन इतना अगधक हावी था कक कुछ िर भी रुक कर अपनेबुरे काम तथा उसके पररणाम के बारे में सोच नहीं सके। खैर, जो भी हो। घबराओ मत। "मनुष्य से भ ल हो ही जाया करती है, ईश्वर उसे ंक्षमा कर िता है।" दहम्मत रखो। इस प्रसंग से यदि तुम अपने जीवन में कुछ सीख सके, तो अच्छा ही हुआ। अब तुम्हें पता चला कक ककस तरह प्रलोभन से मुसीबत उिानी पडती है। कोई काम करनेसेपहले ंभली प्रकार सोच लो। तुमने अधेंरे में ही छलागाँ लगा ी। ीक है न ?

सोहन : जी हा।ाँ म ैंअपनी गलती महस स कर रहा ह ाँ। उन लडकों ने अपनेसाथ चलने के ललए मुझ पर िबाव िाला। सागथयों से कहा था कक माली से

मुझे अपनी इच्छा के ववरुद्ध उनके साथ जाना पडा। बगीचे ंके अन्िर भी मनैं

प छे त्रबना आमों को हाथ न लगायें; लेककन उन्होंनेमेरी बात पर जरा भी ध्यान नहींदिया।

मशक्षक : सोहन, सडे सेब की कहानी जानते ंहो? **सोहन :** जी नहीं। वह म ैंसुनना चाहता ह ाँ; तयोंकक आप जो

भी कहानी सुनाते हैं, वह बडी रोचक और लशक्षाप्रि होती

है।

मशक्षक: बहुत अच्छा। ध्यान सेसुनो। अहमि एक अच्छा लडका था। वह हमेशा अपने माता-वपता का कहना मानता था। उसका एक साथी था। वह बडा खराब था। वह बिमाश था। स्क ल के काम से हमेशा जी चुराता था। वह अपना बहुत सारा समय और धन बरबाि ककया करता था। अहमि उस बुरे लडके की संगतत में पड गया।

अहमि के वपता को यह मालम हुआ। उसनेअपनेबच्चे को इस कुसंगतत से बचाने का तनश्चय ककया। अन्त में उसनेएक बदढ़या उपाय सोच तनकाला। एक दिन उसने उस लडके के हाथ में कुछ बदढ़या से दिये और कहा उन्हें एक स्थान में कुछ दिनों तक रख ो ।

उसी दिन वपता ने उन सेबों के बीच एक सडा सेब भी रख दिया। ि ो दिन बाि लडके से कहा कक सेबे उिा लाओ। उसे ेयह िेख कर बडा आश्चय िहुआ कक सारे सेब सड गये थे। उसनेअपनेवपता से इसके बारे में पछ ा। वपता ने समझाया कक सडे सेब ने अच्छे सेबों को त्रबगाड दिया। तब उसनेबताया कक उस बुरे लडके की संगतत छोड ि ो, नहींतो तुम भी त्रबगड जाओगे।े तब से अहमि ने उस बुरे लडके की संगतत छोड िी।

तो, सोहन, तुमने िेखा न कक कैसे ेएक सडे सेब ने िस रे अच्छे सेबों को खराब कर दिया। कुसंगतत का ककतना बुरा फल तनकला। इसललए खब सावधान रहो और बुरे सागथयों का साथ छोड ि ो, नहींतो जाओगे े। तुम भी त्रबगड

जीवन में अभी बहुत से उतार-चढ़ाव तुम्हें िेखने ेहैं। तुम्हारे तथाकगथत लमि तुम्हारे वास्तववक शिु ुहैं। इस संसार में एक भी तन:स्वाथ िलमि लमलना कदिन है। तुम्हारे पास ख ब पैसा और सुववधाएँ हों, तो उन्हें पाने के ललए तुम्हारे पास कई लमि जुट जायगें। जब तुम मुसीबत में होगे,े तब उनमें से एक भी तुम्हारी गचन्ता नहींकरेगा। संसार में धन का लोभ, ढोंग, छल, खुशामि, असत्य, धोखा और स्वाथ िभरा है। तुम्हे बहुत सभाँल कर रहना होगा। साथी व्यथ िकी बकवास करने आयगें ेऔर तुम्हारा समय नष्ट करेंगे। वे कहेंगे– "लमि, तया कर रहो हो ? जैसे ेभी हो सके, ख ब पैसा कमाओ। ख ब ऐश करो। खाओ, वपओ और मौज करो। चलो, लसनेमा िेखें। आज अमरीका के हालीवुि की बदढ़या कफल्म चल रही है। उसमें बदढ़या नाच है। आगे ेकी कौन जानता है? ईश्वर कहा ाँहै? स्वग िकहा ाँ है ? इस संसार से परे कुछ भी नहींहै।" वे सब सुख के मीत हैं। इन सांसाररक लमिों से ऐसी ही बातें सुनने को लमलेंगी। जब मुसीबत में रहोगे,े तो ये तुम्हें छोड जायगें। वववाह करोगे,े तो हो सकता है कक तुम्हारी स्त्री और बच्चे े भी कुछ समय बाि तुम्हें छोड जायें।

सोहन : जी, यह बहुत अच्छा हुआ कक आपनिेीक समय पर मुझे सचेत कर दिया। “पहले ेसे सचेत होनेका मतलब है कक पहले ेसेही बुराइयों से युद्ध करने के ललए सन्नद्ध रहना।” म ैंसिा अपना ध्यान रख गाँा । लेककन तया आप यह बताने की कृपा करेंगे ेकक इन बुराइयों से कैसे ेबचा जाये ?

मशक्षक : यह िेख कर मुझे बडी खुशी हुई कक तुम जीवन के बारे में अगधकागधक समझने के ललए इतनेउत्सुक हो। जीवन फ लों की सेज के समान सुखिायक ही नहींहै। उसमें तुम्हें बहुत-कुछ चुनना पडता है और त्यागना पडता है। स्वाथ,ि काम, क्रोध, लोभ, घृणा, अस या आदि िुगुणिों को हटाना पडता है और िया, क्षमा, ववश्व-प्रेम, सदहष्णुता, धैय,ि साहस, दृढ़ इच्छा-शजतत आदि सद्गुणों का ववकास करना पडता है।

सवोत्तम माग िबुरे सागथयों की संगतत का पररत्याग कर िेना है। ऊपर से वे चाहे जजतने घतनष्ि दिखें, पर उनसे ेबोलना मत। कुसंगतत में रहने की अपेक्षा एकाकी रह जाना ही अच्छा है। एकमाि उस 'अमर साथी' पर भरोसा रखो। तभी तुम पण िरूप सेसुरक्षक्षत रह सकते हो। तुम्हें जो भी चादहए, वह िेगा। एकाग्रता से अपनेअन्िर उसका मधुर उपिेश सुनो और उसके अनुसार चलो।

सोहन : वह 'अमर साथी' कौन है? म ैंिीकि–ीक नहींसमझ पाया।

मशक्षक : वह अमर साथी, तुम्हारा सच्चा साथी, जो हमेशा तुम्हारा साथ िेनेवाला और तुम्हारे हृिय में बसने वाला है, परमात्मा, सवव्यािपक ईश्वर है ।

सोहन : आपनेमेरे बहुत सारे सन्िेह लमटा दियेऔर बडेउपयोगी परामश िदिये। म ैंबहुत कृतज्ञ हाँ ।

मशक्षक : ईश्वर तुम्हारा भला करे!

२४. बुराई का बिला भलाई से चुकाओ

मशक्षक : ओ, अजय ! तया बात है, आज तुम सब िेर से आ रहे हो ?

अजय: एक जािगर सडक पर कुछ जाि दिखा रहा था। हम सब उसे िेखनेके ललए रुक गये थे।

मशक्षक : कोई बात नहीं। चलो, अब हम शुरू करें। **सोहन :** जी, आज कहानी सुनाने की मेरी बारी है। **मशक्षक :** िीक है। तुमने िीक से तैयारी कर ली है ? अच्छा िेखें, तो तुम आज अपने सागथयों का ककस प्रकार मनोरंजन करते ेहो ?

सोहन : एक बार एक धनी ककसान अपनिेरवाजेके पास था; एक लभखारी उसके पास गया और कुछ खाना-पीना मागाँा। ककसान ने उसे िाटाँ कर भगा दिया।

कुछ दिनों के बाि वह ककसान लशकार के ललए गया। रात हो गयी और वह रास्ता भ ल गया। भटकते–भटकते े एक झोपडी के पास आया। वहााँउसनेरात-भर िहरने और भोजन पाने की इच्छा प्रकट की। झोपडी का माललक बडा गरीब था, कफर भी उसने उसे ेकुछ खाना और सोनेको त्रबस्तर दिया। सबेरा हुआ तो गरीब आिमी ने ककसान को जगाया और उसे ेजंगल सेबाहर जानेका माग िबतला दिया। दिन के उजाले ेमें ककसान ने उस आिमी को पहचान ललया। वह वही लभखारी था, जजसे ेएक दिन ककसान ने िाटाँ कर लौटा दिया था। ककसान की गरिन शम िसे झुक गयी। वह उससेक्षमा मागाँने लगा। बोला- "बुराई का बिला भलाई से चुका कर तुमने मुझे एक सीख िी है। "

अजय : जी, उस ककसान ने बडा अपराध ककया था। उस लभखारी को कुछ-न-कुछ िेनेके बिले ेउसे िाटाँ और यों ही खाली हाथ लौटा दिया। उसका अपमान ककया, उसकी भावनाओंको चोट पहुाँचायी। यह बडा अपराध था, इसमें कोई सन्िेह नहींहै।

मोहन : यह म खतिा की हि थी। उसके व्यवहार से पता चलता है कक उसे ेअपनेधन और पि का ककतना अलभमान था। बिला लेने के ललए जंगल में लभखारी ने भी यदि उसीेटााँ-फटकारा होता, तो उस धनी आिमी के गव िऔर उच्चता की भावना को तनजश्चत ही चोट पहुाँचती । वह इस अपमान को सह नहींपाता और लभखारी से लडने लगता ।

सोहन : लमत्रो, इसके ववपरीत उस लभखारी की उिारता को तो िेखो। उसे ेजो अपमान लमला, उसे ेलभखारी ने ककतनी शाजन्त और धैय िके साथसहन कर ललया। उसने एक शब्ि भी नहींकहा और इस तरह चला गया मानो कुछ हुआ ही नहीं। उसनेइस लसद्धान्त का िीकिीक पालन: 'अपमान और चोट सह लेना सबसे बडी साधना है। वह कोई साधारण लभखारी नहींथा, वह तो काफी पहुाँचा हुआ 'योगी' था। उसके व्यवहार ने यह लसद्ध कर दिया कक उसमें दिव्य गुण थेऔर उसका चररत्र बहुत सुशील था। ककसान जब जंगल में माग िभ ल गया था, तब उसने उसे ेखाना दिया, रहने को स्थान दिया। कुछ दिन पहले ेइसी ककसान ने उसके साथ बुरा बरताव ककया था, उसे वह

एकिम भ ल गया। उसे ेभी बिला लेनेका अवसर लमला था, कफर भी उसनेततनक भी िुभाावि नहींप्रकट ककया। वह बडा उिार था, िानशील था और सत्कारशील भी था।

विजय : लमत्रो, तुम सब ककसान के चररत्र को िोष िे रहे हो और लभखारी की उिारता की प्रशंसा कर रहे हो तो तुम लोगों के ववचार से यह िुष्ट ककसान अपनेबुरे व्यवहार का िण्ि भुगतने के कात्रबल ही था। यदि लभखारी के स्थान पर म ैंहोता, तो ककसान को बदढ़या पाि लसखाता और उसकी अतल दिकानेलगा िेता।

मोहन : अच्छा, बताओ तुम तया पाि पढ़ाते े? **विजय:** म ैंउसे े रात भर भ खा रखता और सबेरे मेरे कुत्ते उसेजंगल से बाहर खिेड िेते। उसकी अतल दिकानेलगाने का यही बदढ़या उपाय था।

मोहन : इतनेदिनों बाि आिरणीय गुरु जी से जो सीखा, वह तया यही है? कोई काम करनेका तया यही दिव्य माग िहै? तया यही वह 'स्वण ितनयम' (बुराई का बिला भलाई से िो) है जो गुरु जी सिा लसखातेरहे हैं ? यदि बुरा आिमी बुराई नहींछोडता, तो भला आिमी सिाचार को तयों छोडे? हमें बुरी बातों का अनुसरण नहींकरना है, बुरी बातें छोडनी हैं। गुरु जी की यह बात तया तुम भ ल गये कक द्वेष का बिला प्रेम से चुकाओ ? यदि ऐसा नहींकर सकते तो तटस्थ रहो, लेककन द्वेष का बिला द्वेष से कभी न लो।'

मशक्षक : बहुत अच्छा, मोहन तुम्हारी िलीलें वास्तव में प्रशंसनीय हैं। बच्चों, तया तुम िेख नहींरहे हो कक लभखारी की उिारता की धनी ककसान पर कैसी प्रततकक्रया हुई और ककसान ककस तरह लजज्जजत हुआ, ककस तरह क्षमा मागाँने लगा ? यही नहीं, उसनेयह वचन दिया कक आगेसे वह ककसी लभखारी को खाना िेनेसे इनकार नहीं करेगा। उिारतापण िव्यवहार उस धनी आिमी के ललए अपने-आपमें िण्ि था । हमें द्वेष को प्रेम से जीतना चादहए।

लभखारी ने अपने आततय् सत्कार से, ववपवत्त में ककसान की सहायता करके उसकी बुराई का बिला भलाई से चुका कर उसका (ककसान का) गव ितोड दिया। घमण्ीि आिमी को सुधारने का ककतना अच्छा तरीका है। ककसी को उसकी भ ल महस स कराने का यह सही माग िहै। प्रततशोध से तो द्वेष और शिुता की आग भडकती है। लगता है, ऐसी पररजस्थततयों में जो व्यवहार िस रों के साथ ककया जाना चादहए, उसके बारे में तुम लोगों के मन में अभी भी कुछ शंका है। इस बारे में तया कुछ और बतलाने की आवश्यकता है।

मोहन : जी हााँ, अवश्य बतलायें । **मशक्षक** : बहुत अच्छा। तो इन्हें ललख लो-

(१) सभी पररजस्थततयों में अगधक-से-अगधक शजतत, उत्साह और प्रेम के साथ अगधक-से-अगधक लोगों की

अगधक-से-अगधक भलाई हर सम्भव तरीके से करो ।

(२) िया से तुम्हारा मन मृिुल बने। सद्गुणों से तुम्हारा मन प्रसन्न रहे। क्षमा से तुम्हारा मन पररशुद्ध हो ।

(३) अदहंसा का अभ्यास करो। ककसी की भी दहंसा करोगे,े तो अपनी ही दहंसा करोगे; तयोंकक जो ईश्वर तुम्हारे अन्रि है, वही सबके अन्रि है। सभी प्राखणयों में एक ही आत्मा है, इसललए सबसे वैसा ही प्यार करो जैसा अपने से करते ेहो।

ये उपिेश पयाप्ति हैं या और चादहए ?

लडके : ये अत्यन्त प्रेरणाायक हैं। कुछ और भी बताय ें?

मशक्षक : िीक! कुछ प्रलसद्ध फ लों का नाम लो ।

मोहन : कुमुदिनी, गुलाब, रातरानी, कमल, चमेली।

मशक्षक : िीक! अब ललखो-

(४) अपने हृिय-रूपी बगीचे में प्रेम-रूपी कुमुदिनी, पववविता-रूपी गुलाब, करुणा-रूपी रातरानी, साहस-रूपी

कमल और नम्रता-रूपी चमेली को उगाओ।
(सब हाँसते हैं।)

लडके : यह सुझाव (हृिय के बगीचेमें दिव्य गुण उगाना) बडा सुन्रि और आनन्िायी है। इसे ेहम कभी नहींभ ल सकते।

मशक्षक : मुझेयह जान कर बडी प्रसन्नता हुई कक तुम लोग नैततक और आध्याजत्मक उपिेशों में बहुत रुगच रखते े हो।

(५) नम्रता और क्षमा सवोच्च सद्गुण हैं। ईश्वर तभी सहायता करता है, जब तुम प रे ववनम्र बनते ेहो। प्यारे

बच्चो ! यिा रखो, नम्रता कायरता नहींहै। कई लोग नम्रता को कायरता समझते ेहैं। ववनय िुबुलिता नहीं ं है। नम्रता और ववनय िोनों तनश्चय ही आध्याजत्मक गुण हैं।

(६) जो नम्रता का बीज बोता है, वह लमिता का फल पाता है। जो िया का बीज बोता है, वह प्रेम का फल पाता है।

(७) क्रोध सबसे बुरी आग है। वासना सवभिक्षी आग है। िोनों ही मन को जला िेते ेहैं। प्रेम और पववित्ता से इस आग को बुझा

इतना काफी है। बताओ, ककन-ककन िोषों को ककन-ककन गुणों से जीता जा सकता है?

सोहन : घृणृा या क्रोध को प्रेम से ।

विजय : बुराई को भलाई से।

अजय : लोभ को उिारता से ।

मोहन : भय को साहस से ।

सोहन : झ ि को सत्य से ।

विजय : घमण् िको नम्रता से ।

अजय : किोरता को कोमलता से।

मोहन : सांसाररकता को दिव्यता से ।

मशक्षक : बहुत सुन्िर । तुम लोगों ने सही उत्तर दिया। एक बात और है, उसे ेकह कर समाप्त करता ह ाँ।

मोहन : गुरु जी, आपनेथोडेमें सारी नीतत-तनगध का बडेही रोचक ढंग से स्पष्टीकरण कर दिया।

मशक्षक : ईश्वर तुम्हारा कल्याण करे! तुम सब इन गुणों का ववकास करो और ईश्वरत्व प्राप्त करो!

बच्चों, तया यह बता सकते हो कक तुम्हारा हृिय ककस प्रकार का होना चादहए ? जो-जो इसका उत्तर ि े सकें, वे अपना हाथ ऊँचा करें।

मोहन: जी, संविेनशील और स्नेहमय।

मशक्षक : ख ब ! त्रबलकुल िीक। तुम बहुत होलशयार दिखायी िेते ेहो िेखो बच्चो, तुम्हें अपना हृिय िानशील या स्नेहमय बनाना चादहए। िान तया होता है, यह जानते ेहो?
सोहन : गरीबों और जरूरतमन्ि लोगों को धन िेना ।

मशक्षक: िीक। लेककन इतना ही नहीं िान का अथ िहै ककसी प्रकार के प्रततफल की आकांक्षा रखेत्रबना ि स रों के काम आना, अपनेपास जो कुछ हो उसमें ि स रों को भी िेना। ि स रे शब्िों में कमि–रूप में प्रेम ही िान है। प्रत्येक सत्काय ििान है। प्यासे जानवरों को पानी वपलाना िान है। िुःखी आिमी से मीिी बोल बोलना िान है। गरीब या बीमार आिमी को िवा िेना िान है। तुम्हें ककसी ने कोई हातन पहुँचाबी हो, तो उसे ेक्षमा करना और भ ल जाना िान है।

सडक पर पडे हुए काटेँ को, केले ेके तछलके को या काँच के टुकडे को हटा िेना िान है। ढेरों धन लुटाने की अपेक्षा एक छोटा सद्वववचार, एक अल्प-सी िया कई गुना कीमती है। ि स रों की सेवा करना या ि स रों के ललए प्राथनिा करना िान है।

लेककन इस ववषय में एक बात का ध्यान रहे कक िान हमेशेा चुपचाप होना चादहए। िाया ाँहाथ जो करे, वह बाय ेंहाथ तक को माल म न हो। िेनेमें तुम्हें परम आनन्ि का अनुभव होना चादहए। जब भी गरीब आिमी दिखे,े उसे ेकुछ-न-कुछ िेना चादहए िान का एक अवसर उसनेदिया, इसललए उसके प्रतत कृतज्ञ रहो।

तया यह बता सकते हो कक उस अमीर ककसान को उस लभखारी ने ककस प्रकार का िान दिया? इसका जवाब कागज पर ललख कर मुझे ि े िो। (सब ललखतेहैं और िो लमनट में लशक्षक को ि े िेते ेहैं।)
लशवानन्ि और ववश्व के बालक

मशक्षक : बहुत ख ब। मोहन, ववजय और सोहन ने सही उत्तर दिया है ।

(सब खुशी सेताली बजातेहैं ।)

मोहन:,तुम उत्तर पढ़ो।

मोहन : लभखारी ने इस प्रकार का िान ककया कक ककसान ने उसके प्रतत जो िुव्र्यविहार ककया था, उसे ेलभखारी ने क्षमा कर दिया और उसे ेभुला दिया ।

सोहन : यह हमारे ललए एक नयी बात है। हमें यह पता ही नहीं ंथा कक ान कई प्रकार से ककया जाता है।

मशक्षक : बच्चो, इस संसार में जाननेयोग्य बातें अभी बहुत है। तुम्हें अभी बहुत कुछ सीखना है। तो हम सब उि कल कफर लमलेंगे। तुम सबका भला हो!

लडके— बहुत-बहुत धन्यविा, गुरु जी।

२५. अपने ेप्रतत जैसा व्यवहार चाहते ेहो, वैसा ही िसरों के साथ करो

मशक्षक : मोहन, तुम्हें कहानी सुनना अच्छा लगता है?

मोहन : जी हााँ, यदि वह रोचक हो।

मशक्षक : बच्चो, कहानी तो हमेशो रोचक ही हुआ करती है। लो सुनो, एक कहानी सुनाता ह ाँ।

जाज िवालशंगंटन िश साल के थे। उनके वपता ने उन्हें उनके जन्म-दिन पर उपहार में एक बदढ़या कुल्हाडी िी। वह बहुत खुश हुए और अपने वपता के बगीचे में जा कर उस कुल्हाडी से खेलने ेलगे। जानते ेहो, कुल्हाडी से उन्होंने तया ककया ? एक सताल के पौधे के चारों ओर की छाल काट िाली।

शाम को उनके वपता घमने के ललए बगीचे की ओर गये। छाल कटी िख कर वे बहुत नाराज हुए। प छने लगे— “ककसनेइसे ेकाटा है? उसे ेम ैंभारी सजा िाँग ा।"

वालशंगंटन िर सेकााँप उिे लेककन वह बहािुर थे। उन्होंनेकहा—“वपता जी, मनैं अपनी नयी कुल्हाडी से इसे े काटा है।"

मोहन : वपता ने उन्हें खब मारा होगा, गुरु जी ?

मशक्षक : धैयपिवकि सुनते जाओ। वपता ने उन्हें अपनी गोि में उिा ललया और कहा—“"प्यारे बच्चे! तुम सच बोले, इसकी मुझे ेबडी खुशी हुई। इस बार म ैंतुम्हें प्रसन्नताप वकि माफ करता ह ाँ।"

मोहन : क्षमा कर दिया उसे?े म ैंउसका वपता होता तो खब थप्पि लगाता। **मशक्षक :** यह तुम्हारा गलत ववचार है।

वपता ने इसललए माफ ककया कक वह सच बोला। वालशंगंटन अपनेसारे
जीवन में एक बार भी झि नहीं ंबोले। सभी लोग उन पर ववश्वास करते ेथे। वे आगे ेचल कर अपनिेश के महान् ् व्यजतत बने। जो मनुष्य अपनी गलती स्वीकार कर ले, उस पर पश्चात्ताप करके यह संकल्प करे कक आगे ेकफर वह

कभी गलती नहींकरेगा, तो वह क्षमा के योग्य है और उसे ेक्षमा कर िना चादहए। यह दिव्य माग िहै। िया, सहानुभ तत, प्रेम, करुणा, क्षमा, सत्य — ये दिव्य गुण हैं। यदि हम दिव्य मनुष्य बनना चाहें, तो हमें सदहष्णुता, धैय,ि दृढ़ इच्छा-शजतत, ववश्व- प्रेम आदि गुणों का ववकास करना चादहए। जान लो, तुम्हारे लमि के हाथ से ककसी तरह तुम्हारी घडी ट ट जाती है या तुम्हारा कुछ नुकसान हो जाता है, तब तुम तया करोगे?

मोहन : उसे ेहरजाना िना चादहए या िण्ड भोगना चादहए।

मशक्षक : कफर सेतुम गलती कर रहे हो। अगर वह तुम्हारे प्रतत ककये हुए अपने अपराध के ललए पश्चात्ताप करे... ?

मोहन : नहींगुरु जी, त्रबना चाँ ककये उसे ेहरजाना िना ही चादहए अथवा उगचत िण्ड भुगतने के ललए तैयार रहना

चादहए। म ैंउसे ेककसी तरह भी छोड नहींसकता ।

मशक्षक : मान लो, संयोग से तुम्हारे हाथों से उसकी घडी ट ट जाती है। यह सच है कक तुमने जान-ब झ कर नहीं ं तोडी। तया इस िशा में तुम िण्ड भुगतनेया म ल्य चुकानेके ललए तैयार हो ?

मोहन : जी नहीं, तयोंकक मनैं जान-ब झ कर नहींतोडी है। **मशक्षक :** तब तुम अपने लमि पर तयों शत ेंलिाना चाहतेहो? अपनेप्रतत िस रों से जैसा व्यवहार चाहते हो, तुम भी उनसे ेवैसा ही व्यवहार करो । यह स्वणि–तनयम ध्यान में रखो - "ककसी ने तुम्हारे साथ बुरा व्यवहार ककया, तो बिले ेमें भला व्यवहार करो।" बिला लेनेकी बात मत सोचो। क्षमा करो। उिार बनो। ववशालहृियी बनो। िानशील बनो। तुम्हें इन िैवी गुणों को ववकलसत करना चादहए। तो अब समझे, े ऐसी पररजस्थतत में कैसा व्यवहार करना चादहए ?

कोई तुम्हारी तनन्िा करे, तो तुम तया करोगे े? तया तुम उसी तरह व्यवहार करोगे?

मोहन : जी, त्रबलकुल नहीं। म ैंउस पर ध्यान ही नहींिँग ा और तटस्थ रहँगा; तयोंकक अभी-अभी आपनेकहा कक बिला नहीं ंलेना चादहए, भले रहना चादहए और बिलेमें भला ही करना चादहए।

मशक्षक: बहुत सुन्िर। यह है म ल्यवान् ्बात तुम दिव्य पुरुष बनना चाहते हो या आसुरी व्यजतत ? राम बनना चाहते हो या रावण ?

मोहन : तनश्चय ही म ैंराम बनना चाहता ह ाँ।

मशक्षक: वाह! बच्चो! समझ लो कक प्रेम लमलता है प्रेम से और द्वेष से द्वेष ही लमलता है। तुम िस रों से प्यार करोगे, े तो वे भी तुम्हें प्यार करेंगे। ऊपर कहे हुए गुण ववकलसत करोगे, े तो तुम एक आिश िबालक बनोगे। ईश्वर तुम्हें प्यार करेंगे ेऔर तुम प री तरह सेसफल होओगे।

तीन तनयमों को जानतेहो ?

मोहन : जी नहीं, वे कौन से हैं? कृपया बताय।ें म ैंउनके अनुसार चलने का प्रयत्न करूाँगा ।

मशक्षक : बहुत अच्छा। तुम होलशयार हो। लो सुनो :

(१) लौह-तनयम तया है ?

यह है असभ्य लोगों का तनयम-
ककसी ने कुछ भला ककया
तो बिले ेमें उसके साथ बुराई करो

(२) रजत-तनयम तया है ?

यह है व्यावहाररक लोगों का तनयम-
ककसी ने तुम्हारा बुरा ककया
तो बिले ेमें तुम भी उसके साथ बुराई करो।

(३) स्वणि–तनयम तया है ?

यह है धालमकि लोगों का तनयम-
ककसी ने तुम्हारा बुरा ककया
तो बिले ेमें तुम उसके साथ भलाई करो ।

तो प्यारे मोहन, मुझे ेबताओ तुम कौन-सा तनयम अपनाना हो?

मोहन : स्वणि–तनयम में पालन करना चाहता ह ाँ।

मशक्षक: बहुत सुन्िर! ईश्वर तुम्हारा कल्याण करे।।

मोहन : धन्यवाि, गुरु जी ।

२६. िया का अपना पुरस्कार होता है।

मशक्षक: अच्छा गोपाल ! आज तुम अपनी नयी पोशाक में बडेशानिार दिखायी िे रहे हो। आओ, यहााँबैठो। आज तुम्हें एक नयी बात बताऊंगा । नीततशास्ि तया है, जानते ेहो?

गोिल : यह शब्द आज म ैंपहली बार ही सुन रहा ह ूाँ। यह तो मेरे ललए त्रबलकुल नया है, कृपया समझाय।ें

मशक्षक: म ैंअभी समझाये िेता ह ूाँ। नीतत शास्त्र सिाचार का शास्त्र है। सिाचार यह बतलाता है कक मनुष्य को परस्पर तथा िस रे प्राखणयों के साथ कैसा व्यवहार करना चादहए। इस शास्त्र में वे क्रमबद्ध लसद्धान्त दिये गये हैं, जजन पर मनुष्य को चलना चादहए। नीतत-शास्त्र न हो, तो मनुष्य इस संसार में अथवा अध्यात्म माग िमें कुछ भी प्रगतत नहींकर सकता। नीतत-शास्त्र नैततकता है। जो व्यजतत शुद्ध नैततक जीवन त्रबताता है, वह सरवत शाजन्त पाता है। नीतत शास्त्र के अनुसार व्यवहार करने से तुम अपने पडोलसयों, पररवार के लोगों, सागथयों और सभी लोगों के साथ मेल-लमलाप से रह सकोगे।

कृष्ण : सिाचार तया है गुरु जी ? तया आप बताने की कृपा करेंगे?े म ैंिीकि-ीक नहींजानता ह ूाँ।

मशक्षक: बहुत अच्छा प्रश्न पछ ा है। म ैंजरूर बताऊाँगा। ऐसा काम कभी नहींकरना चादहए, जजससे िस रों का भला न होता हो, या जजसके ललए बाि में पछताना या लजज्जजत होना पडे। इनके बजाय ऐसे काम करने चादहए, जजनके ललए आगे ेचल कर सब लोग तुम्हारी प्रशंसा करें। प्रशंसनीय और अपना तथा िस रों का भला करने वाले काम ही हमेशा करने चादहए। यह सिाचार का संक्षक्षप्त वववरण है।

गोिल : व्यवहार, चररत्र और सिाचार—ये शब्द प्रायुः सुनने में आते ेरहते ेहैं। इनसे ेभ्रम हो जाता है। तया इनका एक ही अथ िहै ?

मशक्षक : ओह, तुमने तो प्रश्न पर प्रश्नों की झडी लगा िी!

गोिल : गुरु जी, आप तो ज्ञान की खान हैं।

मशक्षक : तो उसे ेप रा खाली करके ही छोडने का इरािा है शायि! (सब खखलखखला कर हाँस पडते ेहैं।)

खैर, तुम लोगों की शंका का समाधान करना ही होगा।

हम व्यजततगत रूप से एक-िस रे के साथ तनत्य-प्रतत के जीवन में जो बतािव करते ेहैं, उसे ेव्यवहार कहते ेहैं।

मनुष्य में जजतने सद्गुण हैं, उन सबको लमला कर चररत्र कहते ेहैं। चररत्र से ही मनुष्य शजततशाली और तेजस्वी होता है। लोग कहतेहैं कक 'ज्ञान ही शजतत है'; पर म ैंप रे जोर के साथ कहता ह ूाँ कक 'चररत्र ही शजतत है'। चररत्र के त्रबना ज्ञानाजनि करना असम्भव है । चररत्रहीन व्यजतत इस संसार में मृतप्राय है। समाज उसे ेततरस्कार और उपेक्षा की दृजष्ट से िेखता है। यदि तुम अपनेजीवन में सफल होना चाहते ेहो, िस रों को प्रभाववत करना चाहते हो, सांसाररक और आध्याजत्मक मागों में प्रगतत करना चाहते हो, तो तुम्हारा चररत्र तनष्कलंक होना चादहए। शंकराचाय,ि बुद्ध, ईसा और प्राचीन ऋवषयों को आज भी याि ककया जाता है; तयोंकक उनका चररत्र दिव्य और अद्भुत था। वे लोग अपने चररत्र-बल से ही िस रों को प्रभाववत और उनके हृिय को पररवततति कर सके ।

चररि जीवन का स्तम्भ है। मनुष्य का चररि उसके व्यवहार का पररचय िेता है अथवा यो भी कहा जा सकता है कक मनुष्य के तनत्य जीवन का व्यवहार उसके चररि को प्रकट करता है।

आचार- शास्ि में जजस सद्-व्यवहार का वणनि है, नैततक जीवन और 'कतव्यि पालन की चचा िहै, वही सिाचार कहलाता है।

सत्य बोलना, अदहंसा का आचरण करना, िस रों को मन, वाणी अथवा कम िसे कष्ट न िेना, ककसी के प्रतत क्रोध न प्रकट करना, िस रों की तनन्िा अथवा बुराई न करना और सबमें ईश्वर का िशनि करना सिाचार है।

राम : तो चररि ही महान् ्आत्म-शजतत है।

मशक्षक : हााँ, वह सुन्िर फ ल के समान है, जो चारों ओर अपनी सुगन्ध फैलाता है। सद्गुणों तथा अच्छे चररि वाले व्यजततयों का व्यजतततत्व अद्भुत होता है। कोई कलाकार हो सकता है, कुशल संगीतकार हो सकता है, योग्य कवव या महान् ्वैज्ञातनक हो सकता है; लेककन यदि उसका चररि शुद्ध नहीं ्है, तो समाज में उसको समुगचत स्थान नहींलमलेगा। लोग उसको िुतकारेंगे । चररिवान् ्व्यजतत को ियालु, कृपालु, सत्यतनष्ि, क्षमाशील और सदहष्णु ु होना चादहए। उसमें ये सभी गुण होनेचादहए ।

जो व्यजतत जान-बझ कर असत्य बोलता है, िस रों की भावना को चोट पहुाँचाता है, उसे िुशचररि कहते ्हैं। हर एक को इस बात का प्रयत्न करना चादहए कक उसका चररि शुद्ध और तनष्कलंक हो।

गोिाल : शुद्ध और तनष्कलंक चररि वाले व्यजतत के लक्षण तया हैं?

मशक्षक : बडेकदिन प्रश्न प छ रहे हो। चररिवान् ्व्यजतत में जो गुण होनेचादहए, वे असंख्य हैं। उन सबको सुनते-सुनते तुम थक जाओगे। कफर भी कुछ खास-खास गुण बताता ह ाँ—जैसे ्नम्रता; मन, वाणी और कम िसे अदहंसा-पालन, आत्म-तनग्रह, तनभयिता, िानशीलता, दृढ इच्छा-शजतत, शालीनता, अक्रोध, तनरहंकार, शुगचता, प्राणी मिा के प्रतत करुणा ।

राम! तया तुम बता सकतेहो कक ककसी की हत्या या दहंसा तयों नहींकरनी चादहए? पडोसी से तयों प्रेम करना चादहए?

राम : थोडा समय िीजजए, सोच कर बताता ह ाँ। (थोडी िेर तक सोचने के बाि कहता है।)

तयोंकक ईश्वर एक है और सभी प्राणी उसके ही रूप हैं, उसकी ही सृजष्ट हैं। सबमें एक ही आत्मा है। अतु: िस रे को पीडा िेना अपनेको पीडा िेनेजैसा है।

मशक्षक : ख ब ! त्रबलकुल िीक। तुम समझिार हो ।

गोिाल : गुरु जी । कहानी के ललए बहुत थोडा समय रह गया है, म ैंएक सुना िूाँ।

मशक्षक: अच्छी बात है। समय पर तुमने कहानी की याि दिला िी। िीक है, सुनाओ। **गोिाल :** एक बार एक माललक

अपने गुलाम के साथ बहुत बुरा बतावि करने लगा। गुलाम का नाम था ऐन्ड्रोककल्स
। माम ली अपराध के ललए भी चाबुक सेउसकी वपटाई करता। उसे ेआधा पेटे भख ू रखता। इन कष्टों से गुलाम
बहुत तंग आ गया और एक दिन जंगल की ओर भाग गया।

वहा ूँपौधों की झुरमुट में उसने ककसी की कराह सुनी। वह उस ओर गया और वहााँ एक शेरे को कराहते ेहुए
िेखा। शेर अपना एक पंजा उिा कर दिखा रहा था। उस पंजेमें एक मोटा कांटा चुभा था। वह गुलाम उसके पास
गया और काटाँा तनकाल दिया, कफर कपडे के एक टुकडे सेपट्टी बाधाँ िी। शेर को आराम लमला। वह ऐन्ड्रोककल्स के
पैरों पर लोट गया। कफर पाँ छ दहलातेहुए कुत्ते की तरह उसका हाथ चाटने ेलगा। वे िोनों लमि बन गये। और एक ही
गुफा में रहने लगे।

कुछ महीनों के बाि माललक ने उस गुलाम को पकड ललया और उसे ेराजा के पास ले गया। राजा ने आिेश
दिया कक गुलाम को भ खे शेर के सामनेफेंक दिया जाये। इसके ललए एक दिन तनजश्चत ककया गया। शेर और
गुलाम ऐन्ड्रीककल्स की लडाई िेखने ेके ललए हजारों लोग इकट्िा हुए। बेचारे गुलाम को एक वपंजंरे में बन्ि कर
दिया गया और उसी में शेर को छोड दिया | जोर से गजिाऔर उसकी ओर लपका। लेककन गुलाम के समीप जाते े
ही उसनेअपने पुराने िोस्त को पहचान ललया। शेर फौरन उसके पैरों पर गगर पडा और पाँ छ दहलातेहुए उसका हाथ
चाटनेलगा। यह आश्चय ििेख कर राजा और प्रजा — सब चककत रह गये ।

राजा ने गुलाम को पास बुलाया। गुलाम ने शेर के साथ अपनी लमिता की सारी कहानी कह सुनायी। सुन कर
राजा बहुत खुशु हुआ गुलाम तथा शेर—िोनों को आजाि कर दिया। और

मशक्षक : बडी रोचक और लशक्षाप्रि कहानी है। बच्चो, िेखो। 'िया का अपना पुरस्कार होता है।' ियालु लडकी की
कहानी जानते ेहो ?

लडके : जी नहीं। आपनेउसे ेसुनने की हमारी उत्सुकता जगा िी। वह कहानी भी गुलाम की कहानी जैसी ही
दिलचस्प होगी।

मशक्षक : एक रेलगाडी एक जंगल से हो कर जा रही थी। शाम हो चली थी, रेलवे लाइन के िोनों ओर हरे-भरे खेत
थे। खेतों में कई स्िी, पुरुष, बालक काम कर रहे थे। एक लडकी निी के पुल के पास जानवर चरा रही थी।

उस दिन ख ब वषा िहुई थी। निी में पानी चढ़ा हुआ था। उससेककनारे कट गये थे। निी का पुल पुराना था और
एक तरफ से ट ट गया था। निी का रेतीला ककनारा बह गया था लडकी यह जानती थी रेलगाडी आनेका समय था।

गाडी को पुल पार करना था। लडकी ने सोचा कक कुछ हो गया, तो कई लोगों के प्राण जायगें। वह इंजन को कैसे ◌ेरोके? उसके मन में तुरन्त एक ववचार आया। गाडी तेजी से आ रही थी एक सेकेण्ड भी रुका नहींजा सकता था। जहा ◌ॉंपुल ट टा था, वहाॉंडि कर गयी। अपनी साडी को हाथ में ले कर अपनेलशर के ऊपर दहलाने लगी।

चालक ने लाल झण्डी ि◌खी। इतनेमें गाडी आधा पुल पार कर गयी। चालक ने बडी मुजश्कल से गाडी रोकी। उसनेखतरे वाली जगह ि◌खी। गाि ि◌भी वहाॉंआ गया । सब समझ गये कक ककतना भयंकर खतरा था। सैकडों लोगों के प्राण बच गये।

कृष्ण वाह! बडी बीर लडकी थी उसनेबडा अच्छा काम ककया। गोपाल : लडकी वास्तव में बडी बहािुर थी। उसमें दहम्मत और ववश्व प्रेम भरा था।

मशक्षक : ि◌खो बच्चो ! ि◌या और सौजन्य का छोटा-सा भी काम हमारे हृिय को शुद्ध करता है और भागवती चेतना को अगधकागधक जाग्रत करता है।

राम : मेरे दिमाग में उस माललक और गुलाम ऐन्ड्रोकफल्स की कहानी घ म रही है। वह माललक इतनी तनिमयता से तयों व्यवहार करता था? उसे नौकरी से छुडा ि◌ता तो तया काफी न था?

मशक्षक : बच्चो ! एक जमाना था, जब मनुष्य भी पशुओं की तरह खरिी और बेचेजातेथे। अमीर लोग उन्हें नौकर की तरह नहीं, गुलाम की तरह रखते ◌ेथे। वे यदि माललक की इच्छा के ववरुद्ध कुछ भी करते ◌ेथे, तो उनके साथ बडा बुरा व्यवहार ककया जाता था। उनके माम ली अपराध सेही माललक का क्रोध भडक जाता था। उन्हें जीवन-भर गुलामी करनी पडती। थी। अमीर लोग उन्हें खरिीते ◌ेथे ◌ेऔर उन्हें तनजी सम्पवत्त मानतेथे। इसललए वे यदि भाग जाते ◌ेथे,◌े तो उन्हें खोज कर पकडा जाता था और किोर ि◌ण्ड दिया जाता था।

गोिाल : यह बडी लज्जजा की बात है कक बेचारे गुलामों के साथ ऐसा िुव्र्यविहार ककया जाता था। ऐन्ड्रोककल्स शेर के पास जानेका साहस कैसे ◌ेकर सका गुरु जी ?

मशक्षक : शेर पीडा सेकराह रहा था और अपना पंजा उिा कर दिखा रहा था। ऐन्ड्रोककल्स ने पंजे ◌ेमें चुभे हुए काटेंाँ को स्पष्ट ि◌ख ललया। शेर बहुत सीधा-सािा ि◌ीख पडता था। उसे ि◌ख कर गुलाम का हृिय पसीज गया । इसललए गुलाम साहसप वकि शेर के पास गया और उसनेउसका पंजां अपने हाथ में ले कर काटाॉं तनकाल दिया। शेर को आराम लमला और कृतज्ञता व्यतत करने के ललए उसनेपाँ छ दहलाना शुरू कर दिया ।

कृष्ण : इतना भयानक शेर भी कैसे ◌ेय ◌ॉंइतना सीधा बन गया गुरु जी ?

मशक्षक : पशु भी बडेभावुक होते ◌ेहैं। उनके साथ जैसा व्यवहार ककया जाता है, वे भी वैसा ही व्यवहार करते ◌ेहैं। तभी तो हाथी, बाघ, कुत्ते आदि कई दहंसंक पशु भी पालत बना ललये जाते ◌ेहैं और उनको काम भी लसखाया जाता है।

अल्पाइन के रि क्रास कुत्तों के बारे में तुमने सुना है ?

कृष्ण : जी नहीं। उनके तथा उनके काम के बारे में जानने का कुत हल पैिा हो गया है गुरु जी।

मशक्षक : सचमुच ही वह बात जाननेयोग्य है।

जस्वट्जरलैण्ि् के आल्पस पवति में जो लोग बफि में खो जाते ेहैं, उनकी तलाश करने तथा उनकी रक्षा करने की लशक्षा वहााँके सटें बनिा िकुत्तों को िी जाती है। रेिक्रास कुते्ते लडाइयों में ऐम्बुलेन्स की टोली की मिि करते ेह।ैं प्रत्येक रि-क्रास कुते्ते के गले में एक छोटी थैली बधाँी होती है, जजसमें मरहम-पट्टी करने का सामान होता है और ब्राण्िी की छोटी बोतल भी रहती है। कुते्ते को जब कोई ऐसा घायल व्यजतत दिखायी िेता है, जो स्वयं अपना थोडा-बहुत उपचार कर सकता हो, तो कुत्ता उसके पास जा कर तब तक खडा रहता है जब तक कक वह अपनेघाव पर पट्टी बाधाँ नहींलेता। यदि वह व्यजतत इतना घायल होता है कक स्वयं कुछ भी नहींकर पाता, तो कुत्ता उसके पास खडा हो कर भौंकने लगता है। उसका भौंकना सुन कर स्ट्रेचर से ढोने ेवाले लोग आ जातेहैं और उस व्यजतत को उिा कर युद्ध के मैिान से बाहर प्राथलमक उपचार गृह में ले जाते ेहैं।

कृष्ण : यह तो बहुत आश्चय िकी बात है कक कुते्ते भी ऐसा मानवीय काय िकरते ेहैं।

गोिाल : गुरु जी, आज के दिन काफी समय तक बडी दिलचस्प बातें होती रही हैं। हमें खेि है कक हमनेआपको बहुत समय तक रोक ललया और प्रश्नों की झडी लगा कर आपको परेशान कर दिया।

मशक्षक : कोई बात नहीं। ऐसेजजज्ञासा-भरे प्रश्नों का उत्तर िेनेमें मुझे ेबडी खुशी होती है। तुम लोगों की तरह के जजज्ञासु ववद्यागथियों को पा कर म ैंबहुत प्रसन्न ह ाँ। ईश्वर तुम्हारा कल्याण करे !

लडके: बहुत-बहुत धन्यवाि गुरु जी।

२७. तनयलमतता और समयतनष्िा
जीवन के सभी क्षेत्रों में सफलता की कुंजी

(कक्षा में राम और कृष्ण िोनों आपस में बातचीत कर रहे हैं।)

राम: नमस्ते ेकृष्ण । परीक्षा के दिन बहुत तनकट आ चुके ह।ैं मनैंतो अपनी तैयारी परी कर ली है। तुम्हारी तैयारी कहा ाँतक हुई है ?

कृष्ण : अभी तक मनैं कोई तैयैारी नहींकी है। म ैंतो खेल-कि में हो मस्त रहा।

राम: त्रबना तैयारी ककये परीक्षा में पास कैसे ेहोओगे े? बताओ तो ।

कृष्ण : म ैंइस वष िपरीक्षा में न बिैने ेकी सोच रहा ह ाँ।

राम : लमि, ऐसी बात सुन कर मुझे खिे हो रहा है। (लशक्षक आते ेहैं।)

मशक्षक : तया बात है कृष्ण, आज तुम बहुत उिास दिखायी पड रहे हो ?

राम : गुरु जी, इस बार परीक्षा में न बिैनेका इसका ववचार है। कहता है, पढ़ाई में बहुत अतनयलमत रहा है। खेल-क ि में मस्त रहा, इसललए अब तक कोई तैयारी नहींकर पाया है।

मशक्षक : यह बात है ? अभी भी समय है। परीक्षा के ललए िो महीनेबाकी हैं। आज ही से प्रयत्न शुरू कर िो, तो सारी कमी प री कर सकते हो। काम चाहे थोडा करो, पर तनयलमत रूप से करो, तो परीक्षा में पास हो सकते हो। कतव्यि किोर होता है, पर उसका फल मधुर होता है। मन बहलाव और खेल के ललए अपनेकतव्यि को नहींभ लना चादहए ।

गचन्ता न करो। प्रफुल्ल रहो। दहम्मत रखो। काम में लग जाओ। परीक्षा में न बिैनेका ववचार छोड िो और कदिन पररश्रम करनेके ललए अपनी कमर कस लो। जो मनुष्य तनयलमत और समयतनष्ि रहता है, वह जीवन के सभी क्षेिों में तनश्चय ही सफलता प्राप्त करता है। तया तुमनेिायमोन और पाइगथयस की कहानी सुनी है ?

लडके : जी नहीं।

मशक्षक : ओह! वह बडा अद्भुत प्रसंग है; तनयलमतता सेतया-तया लाभ हैं, इस बात का बडा स्पष्ट गचि उससे लमलता है।

लसरेक ज (इटली) में िो गहरे लमि रहते ेथे— िायमोन और पाइगथयस । पाइगथयस के ककसी अपराध पर वहा ाँ के राजा ने उसे ेफासँी की सजा िे िी। उसने राजा से कुछ समय मागँा, ताकक वह घर जा कर अपनी पत्नी और बच्चों से लमल आये। उसने वचन दिया कक फासँी के दिन वह अवश्य ही हाजजर हो जायेगा। उसके लमि ने जमानत के रूप में अपने को प्रस्तुत ककया। सजा का दिन आ गया, लेककन पाइगथयस दिखायी नहींदिया । तब िायमोन फासँी पर चढ़ने को तैयार हो गया। उसे ेफासँी के तख्ते ेपर ले जाया गया। बहुत से लोग इकट्िे हो गये। सबकी आखँों में आसँ थे; तयोंकक िायमोन त्रबलकुल तनरपराध और एक सच्चा लमि था। चारों ओर उिासी छा गयी थी

इतनेमें घोडों की टाप सुनायी िी और उसके साथ ही ककसी की आवाज भी सुनायी िी कक 'िहरो, फासँी को रोको।' िायमोन को फासँी के तख्ते ेसेउतारनेका आिेश दिया गया। लोग बहुत खुश हुए। लेककन िायमोन का कोई पररवार नहीं ंथा, इसललए अपनेलमि के स्थान पर वह स्वयं ही फासँी पर चढ़ने पर जोर िे रहा था। पाइगथयस

इस बात के ललए राजी नहीं हुआ। राजा को उन ि ोनों की लमिता ि ेख कर बडी खुशी हुई और उसनेमृतूयुिण् विापस ले ललया। तब से वह उन ि ोनों का लमि बन गया।

तो बच्चो, पाइगथयस यदि पल-भर भी ि ेर से आता तो ि ायमोन मर गया होता। जीवन में सफलता ि ेनेवाला एकमाि गुण है—समयतनष्ठता ।

कृष्ण : गुरु जी ! आपकी बात ने मुझे पहले ेसे अगधक समझिार बना दिया है। आपनेगलत रास्ते ेपर जानेसे मुझे े बचा ललया। म ैंवचन ि ेता ह ूँ। कक म ैंआपकी आज्ञा का पालन करूँगा और आगे ेसे कडा पररश्रम करूंगा। आपके उपिेश के ललए म ैंबहुत आभारी ह ूँ।

मशक्षक : ईश्वर तुम्हारा भला करे, बच्चे । जो मनुष्य तनयलमत नहींहै, पतका तनश्चय करके काम नहींकरता, वह अपनेप्रयत्नों का फल कभी नहींपा सकता। तनयलमतता, अनुशासनबद्धता और समयतनष्ठता— साथ-साथ रहते ेहैं। भारत के स्क ल-कालेजे के ववद्याथी फैशन में, रहन-सहन में और बाल कटानेमें पाश्चात्य ि ेशों के लोगों का अनुकरण करते ेहैं। यह व्यथ ि है। हमें उनकी तनयलमतता और समयतनष्ठता जैसे ेसद्गुणों का अनुकरण करना चादहए। अगाँरेज ककतने अनुशालसत होते ेहैं। और वे प्रत्येक क्षण का ककतना सिुपयोग करते ेहैं, इस पर ध्यान ि ो। वे भारतीयों की अपेक्षा अगधक अध्ययनशील, तनयलमत और समयतनष्ठ हैं। ववशेषज्ञों और शोध - छािों की संख्या भारत की अपेक्षा वविेशों में अगधक है।

प्रकृतत से सीखो। ककतनी तनयलमतता के साथ ऋतुएँआती हैं; ि ीक समय पर स य ि उिय और अस्त होता है, वषा ि होती है, फ ल खखलते हैं, फल और तरकारराया ाँपैिा होती हैं, पृथ्वी तथा चन्द्रमा घ मते हैं और दिन रात, सप्ताह, माह, वष ि आते ेरहते ेहैं । प्रकृतत हमारी गुरु है ।

जीवन के सभी क्षेिों में तनयलमत रहो। तनयम से जल्िी सोओ और उिो। 'जल्िी सोना और जल्िी उिना स्वास्थ्, समृद्गध और बुद्गध बढ़ाता है।' खाने ेमें, पढ़ाई में, व्यायाम में, प जा-ध्यान में सिा तनयलमत रहो। इस तरह तुम जीवन में सफल रहोगे ेऔर सुखी भी। तनयलमतता और समयतनष्ठता तुम्हारा लक्ष्य होना चादहए।

२८. लशष्टता और स्वच्छता सबको प्रभाववत करती हैं

(कक्षा-नायक (मानीटर) मोहन कक्षा में हो रहे शोरगुल की लशकायत करने आकफस में पहुाँचता है। घण्टी बजती है। लशक्षक कक्षा में प्रवेश करते ेहैं।)

मशक्षक : तयों बच्चो, कक्षा-नायक ने लशकायत की है कक तुम सबने तनिर हो कर कक्षा में हल्ला मचाया है, कक्षा का अनुशासन भंग ककया है। और अलशष्ट व्यवहार ककया है। यह बहुत बुरी बात है। तुम जैसे ेप्रगततशील ववद्यागथयों सेइस प्रकार के व्यवहार की आशा नहींथी।

खैर, अब हम अपना तनत्य का क्रम चलाय ें और आवश्यकता हुई, तो आज की घटना के बारे में बिा में सोचेंगे। आज म ैं तुम लोगों को एक ऐसी कहानी सुनाने जा रहा ह ाँ, जजससे े तुम लोग सीख सकोगे े कक कैसा व्यवहार करना चादहए और ककन-ककन अच्छी आितों का ववकास चादहए। करना

एक सज्जजन ने ववज्ञापन दिया कक उनके ऑकफस में तलकि का काम करने के ललए एक युवक की आवश्यकता है। उस स्थान के ललए लगभग पचास व्यजततयों ने आवेिन-पि भेजे। कई के ललए तो लसफाररश ें भी थीं। उन सज्जजन ने एक ऐसेव्यजतत को चुना, जजसके पास कोई भी लसफाररश नहीं ं थी और बाकी सबको लौटा दिया। उनके पास उनका एक लमि बैिा था । उसनेप छा – “यह बताओ कक तुमने उस लडके को तयों चुना? उसके पास तो कोई लसफाररश या प्रशंसा पि भी नहींथा।"

सज्जजन ने कहा- "तुम गलत समझ रहे हो, उसके ललए ढेर सारी लसफाररश ें थीं। जब वह कमरे में आया, तो अपनेपैर पोंछ कर आया और अन्िर आते े ही उसनेिरवाजा बन्ि कर दिया। इससे पता चलता है कक वह व्यवजस्थत और अनुशालसत है।

"उसनेवह पुस्तक उिा कर मेजे पर रख िी, जजसे े मनैं
जान-ब झ कर फ़शश ि पर रख दिया था। ि स रे लोग उस पुस्तक को लाघाँते े हुए चले आये । उसनेउस ब ढ़े लाँगडेको अपना आसन ि े दिया। इससे पता चलता है कक वह सभ्य और सज्जजन है। उसके कपडे साफ थेऔर बाल भी िीक सवाँरे हुए थे। वह िेखने में भी साफ और प्रततजष्ति लग रहा था। वह अपनी बारी आनेतक प्रतीक्षा करता रहा, जब कक िस रे लोग एक–ि स रे को धतका ि े रहे। थे। े इससे यह पता चलता है कक वह सभ्य आचरण वाला व्यजतत है। तया ये सब लसफाररशेंनहींहैं, इसीललए मनैंउसे े नौकरी पर रख ललया। मेरा ववचार है कक मेरा चुनाव िीक है।"

मोहन, कक्षा में हंगामा होते े हुए तुमने िेखा है। तया यह बता सकते हो कक कौन-कौन इसके ललए जजम्मेिार है ?

मोहन : जी हाँ, सोहन आगे े की सीट पर बैिने े के ललए अपने साथी से लड पडा और िोनों एक–ि स रे के साथ उलझ गये। कुछ पुस्तकें नीचे फश ि पर फेंक िी गयीं। कुछ लडके उन पर पैर रखतेहुए तनकल गये । ववजय और सोहन — िोनों एक–ि स रे को धतका ि े रहे थेऔर त्रबना कारण शोर मचा रहे थे।

मशक्षक : तो इन िोनों का स्वभाव उस व्यजतत से त्रबलकुल ववपरीत था, जजसकी चचाि मेरी कहानी में आयी है। बच्चो, तुम लोगों के व्यवहार के बारे में यह सब सुन कर मुझे बडा िुःख होता है।

तुम्हारा चेहरा तुम्हारे आन्तररक भावों का ववज्ञापन-पट्ट है। मेरी कहानी में जजस सफल व्यजतत का उल्लेखे है, उसके चररि के साथ अपने चररि की तुलना करके िेखो। अन्िर झाकोँ अपनेिोष और कमजोररया ाँ पहचानो। िेखो, तुम कहा ाँ हो और कफर अपने को सुधारने का प्रयत्न करो।

सोचो, पचास लोगों में से जजनके साथ भारी लसफाररश ेथीं, वही एक व्यजतत चुना गया, जजसके पास कोई भी लसफाररश नहींथी, ऐसा तयों?

गोिाल : इसललए कक वह साफ था और उसका व्यवहार लशष्टताप ण िथा। वह साफ-सुथरा, व्यवजस्थत और सज्जजन था ।

मशक्षक : उसके पास वे सारे सद्गुण थे, जजन्होंनेउसके ललए लसफाररश का काम ककया। इन्हींगुणों के बल पर उसनेबाकी सबको पछाड दिया और नौकरी पा ली। तो बताओ, तुम लोगों की योग्यता कैसी है? जजस प्रकार का व्यवहार आज कक्षा में तुमने ककया है, उसके ललए मुझसे ककस पुरस्कार की अपेक्षा करते ेहो?

लडके : गुरु जी, हम अपने व्यवहार के कारण लजज्जजत हैं। बहुत हो गया, हमें अब और लजज्जजत न कीजजए। हम आश्वासन िेते ेहैं कक भववष्य में आपको लशकायत का कोई मौका नहींगेि।

मशक्षक : म ैंतुम लोगों पर ववश्वास करता ह ाँ; तयोंकक सच्चाई और ईमानिारी से बढ़ कर और कोई गुण नहींहै। सच्चा पश्चात्ताप बहुत काफी होता है। सच्चा ईमानिार व्यजतत कोमल हृिय वाला होता है, स्पष्टवािी और ईमानिार होता है। ढोंग और पाखण्ड् से वह बहुत ि र रहता है। उसकी बात पर लोग प रा भरोसा रखते ेहैं और उसको अपनी सेवा में लेने के ललए काफी उत्सुक रहते ेहैं।

लेककन इसे ेचेतावनी समझो। म ैंसावधान कर रहा ह ाँ। यह वैज्ञातनक अनुसन्धानों का युग है, फैशन और गलत मान्यताओं का जमाना है। लोग अपनी सनक के अनुसार काम करते ेहैं। हर प्रकार की बुरी आितें हममें घर कर गयी हैं। यहााँतक कक तथाकगथत सभ्य समाज भी उससे अछ ते नहींरह पाये है। उिाहरण के ललए जब िो लमि लमलते हैं, तो 'जय श्रीकृष्ण, ॐ यो नारायणाय आदि भगवान् ्के स्मरण के साथ एक–ि स रे का अलभवािन नहीं ं करते;े बजल्क वे लसगरेट िे कर ऐसा करते ेहैं। वे कहते े- यार चलो, लसगरेट का कश लगाया जाये, ववस्की का एक पेग ललया 'आदि।

बच्चो! याि रखो, शराब पीने की लत बहुत बुरी लत है। एक बार को यह लत लग गयी, तो यह उसको प रा वपयतकड बनाये त्रबना नहीं छोडती। शराब भयानक ववष है, जो दिमाग और नाडडयों को खराब कर िेती है। ध म्रपान ि स री बुरी लत है, जो संसार-भर में फैली हुई है। जजनकी ध म्रपान करने की आित सी हो गयी है, वे इसके समथनि में ख ब िलीलिेते ेहैं। वे कहते ेहैं-"ध म्रपान से शौच साफ होता है। इससे सवेरे-सवेरे मेरा पेट साफ हो जाता है।" सावधान ! बच्चो, ध म्रपान से सारा शरीर ववषमय हो जाता है।

ि स रे भी कई व्यसन हैं जैसे ेपान खाना, कडी चाय और काफी पीना आदि ।

मोहन : चाय या काफी पीना बुरा नहींहै, गुरु जी। सभी लोग इन दिनों चाय पीते हैं।

मशक्षक : िीक है। सीलमत मिाा में चाय या काफी पीने से कडी मेहनत करने वालों को आराम लमलता है। लेककन बात यह है कक इससे इच्छा-शजतत क्षीण हो जाती है और असंयम से बच पाना उसके ललए कदिन हो जाता है। तब कदिनाई पैिा होती है। वह इन पेय पिाथों का िास बन जाता है। यदि वह इन्हें पीने की आित पर काब रख सके, चाहे जजस समय इझेछोड िेने की शजतत उसमें हो, तो कोई हज िनहीं।

प्रायुः अगधकतर लोग अपनी बातचीत में, ववशेषतुः क्रोध की उते्तेजजत िशा में, बहुत अश्लील शब्िों का प्रयोग करने के आिी हो गये हैं। जो सुरुगच सम्पन्न है, सभ्य और सुसंस्कृत है, वह ऐसेशब्ि मुहाँ में ला नहींसकता। इसललए बच्चो, ध म्रपान करने वाले, शराबी तथा असभ्य व्यजततयों की संगतत से सिा बचेरहो। इस संसार में असम्भव कुछ भी नहींहै। 'जहााँचाह है, वहााँराह है।'

अच्छी बात है। अब हम चलें। ईश्वर तुम्हें बल िें, जजससे ेतुम अपनेको इस प्रकार के सभी व्यसनों से बचा सको !

लडके : बहुत-बहुत धन्यविा गुरु जी ।

२९. ईश्वर पर भरोसा रखो और सत्कम िकरो

मशक्षक: मोहन, आनेमें इतना ववलम्ब तयों हुआ? तया सैर-सपाटा करने तनकल गये थे ?

लडके: नहींगुरु जी, आज मोहन को यहााँस्कल लानेमें बडी कदिनाई हुई, उसे ेख ब समझाना पडा। इसललए ववलम्ब हुआ ।

मशक्षक : तया हो गया था उसे े?

मोहन : दहन्िी भिषण परीक्षा में वह अनुत्तीण िहो गया है। इसके ललए यह ईश्वर को और अपनेभाग्य को कोस रहा है। वह खाना-पीना छोड बैिा है, न सोता है न आराम करता है, दिन-रात रोता ही रहता है, पागल-सा हो गया है। इस कारण उसके माता-वपता बहुत घबराये हुए हैं।

मशक्षक : कहा ाँहै वह? मेरे पास लाओ। (िो लडके उसे ेकक्षा में लातेहैं।) सोहन, मेरी ओर िेखो, तयों इतने परेशान हो रहो हो ? केवल इसललए कक परीक्षा में अनुत्तीण िरह गये और जीवन-संग्राम में थोडा वपछड गये ?

सोहन: (आसाँ पोछतेहुए) जी, मुझे बडी-बडी आशाएाँथीं। मनैंमेहनत से पढ़ाई की। परीक्षा में उत्तीण िहोनेके ललए आधी-आधी रात तक पढ़ता रहा। लेककन मेरे िुभाग्यि सेमेरी सारी आशाओंपर पानी कफर गया, मेरे सारे प्रयत्न लमट्टी में लमल गये। अपने भाग्य को कोसने के लसवाय म ैंऔर तया करूाँ ?

मशक्षक: म ख िन बनो। घबराने की तया बात है? जीवन की परीक्षाओं और कदिनाइयों के आ जानेपर इस प्रकार हतोत्सादहत होना और शोक करना तुम जैसे ेधीर व्यजतत को शोभा नहीं ंिेता। ईश्वर महान् ्है। और उसकी बातें समझना बहुत सरल नहीं है। वह कृपातनगध है। परीक्षा के दिनों में जब तुम इतनी तैयारी कर रहे थे, तया तुमने ईश्वर की प्राथनिा की थी? ईश्वर-कृपा की याचना की थी? हम अपनेजीवन की तनत्य की कक्रयाओंमें ईश्वर को भुला िेते ेहैं। इसीललए सारे िुःख-कष्ट आ घेरतेहैं, ताकक हमारा अहंकार िर हो। वास्तव में िेखा जाये, तो ये सारे ुिःखि-कष्ट प्रच्छन्न रूप में वरिान ही हैं। ये हमें शुद्ध बनानेहेतु भगवत्प्रसाि हैं। हमें जो-जो ववपवत्तया ाँआ घेरती हैं, उनके पीछे कोई-न-कोई महान् ्प्रयोजन होता है। तुमने सुना होगा — "ववपवत्तयों की भट्ठी में तपे त्रबना जीवन खरा सोना नहींबनता।"

सोहन : गुरु जी, हम कैसे ेसमझें कक इन िुःखों तथा कष्टों के पीछे कोई-न-कोई अथ िऔर प्रयोजन रहता है? तया केवल इसी से मान लें कक आप कह रहे हैं?

मशक्षक : यह समझिारी का प्रश्न है। मान लो, ककसी के शरीर में कहीं ंएक फोडा हो गया है। उसमें मवाि भर गया है। उसे ेभारी पीडा हो रही है। मवाि ही पीडा का असली कारण है। मवाि तनकालने के ललए िातटर छुरे से फोडे को चीरना चाहता है। वह व्यजतत अज्ञानवश यह समझ सकता है कक िातटर मुझे मारने या घायल करने आया है। वस्तुतः िातटर तो उसका दहतगचन्तक है। वह फोडे को चीर कर उसे ेपीडा से मुजतत दिलाना चाहता है।

इसी प्रकार हम भी अज्ञानवश अपनेऊपर आनेवाली सभी ववपवत्तयों और ववफलताओं के ललए ईश्वर को जजम्मेिार समझते ेहैं और मख तावश उसे ेकोसने लगते ह।ैं सभी पापों का म ल अज्ञान है। इसललए प्यारे, तुम्हें दिव्य औषध की घंटं की बहुत अगधक आवश्यकता है।

इस दिव्य औषध (ज्ञान) की तलाश करने के ललए ही गौतम बुद्ध ने अपनेमाता-वपता, अपनी वप्रय पत्नी और बच्चे तथा अपनी सारी राजसी सुख-सुववधाओंको ततलांजलल िे िी थी। इस औषध में पीडा समाप्त करने वाली महान् ्गुण-शजतत है। सभी रोगों के ललए यह रामबाण है।

सोहन: गुरु जी यह चमत्कारी औषध कौन-सी है, जजसकी आप इतनी बडाई कर रहे हैं? समझाइए तो।

मशक्षक: यह है बहुत ही सरल और सबसे अगधक प्रभावशाली- 'ईश्वर पर भरोसा रखो, िीक काम करते ेजाओ।' तुम्हारा मामला त्रबलकुल उस व्यापारी का सा है ।

सोहन: वह व्यापारी कौन था और उसकी समस्या तया थी, गुरु जी ?

मशक्षक—एक व्यापारी बाजार सेघर लौट रहा था। उसके पास बहुत सा धन था। माग िमें एक जंगल से हो कर वह गुजरा। एकिम तेज वषा िहोने लगी। उसे ेभारी मुसीबत का सामना करना पडा; तयोंकक उसे ेसारी रात िण्ढ और पानी में जंगल में त्रबतानी पडी। वह बडबडानेलगा और ईश्वर को िोष िेनेलगा। सबेरा हुआ तो एक िाक की नजर

उस व्यापारी पर पडी और उसनेउसे ेगोली मार कर सारा धन छीन लेने का प्रयत्न ककया। लेककन, बारूि गीली हो गयी थी, इसललए गोली नहीं चली। व्यापारी बच कर भाग गया। बच्चो, उस व्यापारी को मौत के मुहाँ से ककसने बचाया ?

सोहन : भारी वषा िके कारण उस िाक की बारूि गीली हो गयी और आगे ेचल कर व्यापारी के ललए वरिान सात्रबत हुई।

मशक्षक : बात तुम्हारी समझ में आ गयी। सफलता की अपेक्षा ववफलता उत्तम सीख िेती है। अब ईश्वर के प्रतत प री-प री श्रद्धा रखा करो। प रे मन से अपना कतव्यि करो, बाकी सब (सफलता या असफलता) ईश्वर पर छोड िो। गीता में भगवान् ्कहते ेहैं- "कम िकरना ही कतव्यि है। कम िका फल तुम्हारा हेतु नहींहै। "

एक और प्रसंग के द्वारा इस बात को स्पष्ट कर िाँ।

एक बार अजुनि और श्री कृष्ण—िोनों ककसी धनी आिमी से लमलने गये। वह बडा घमण्डी और अहंकारी था। उसनेउनके स्वागत की, उन्हें भोजन कराने या उनके साथ सद्व्यवहार करने की गचन्ता ही नहींकी। वह एकिम उिासीन बन गया।

श्री कृष्ण ने उसे ेआशीवाि दिया और कहा - " "तुम्हें पाचाँ करोड रुपये लमलें।" इसके बाि वे िोनों एक ि स रे व्यजतत से लमलने गये। वह तनधनि, ककन्तु सज्जजन और वृद्ध था। उसके पास एक गाय थी। उसनेकृष्ण तथा अजुनि का सत्कार ककया और िोनों को पीने के ललए ि ध दिया। श्री ने कृष्ण ने कहा-' -"तुम्हारी गाय मर जाये।"

अजुनि को बडा आश्चय िहुआ, बोला—"भगवन्!् आपका स्वभावम ैंसमझ नहींपाया। आपनेउस धनी आिमी को तो वरिान दिया, जजसने आपका अपमान ककया और जजस गरीब ने आपका सत्कार ककया, उसे ेशाप दिया।"

भगवान् ्ने उत्तर दिया—"धनी आिमी अपनी सम्पवत्त की बिौलत बडे-बडेपाप करेगा और सीधेनरक में जायेगा। यह गरीब अपनी गाय की ममता से छ ट जायेगा और शीघ्र मेरे पास आयेगा।"

अजुनि ने कहा- "प्रभु, आप बडेरहस्यमय हैं। अब म ैंआपका वास्तववक स्वभाव समझा।'

बच्चो, ईश्वर जानता है कक हमारा भला ककस बात में है। ईश्वर वहींकरता है, जो हमारे ललए उत्तम हो। ईश्वर वही करता है, जो अन्ततुः हमारे ललए कल्याणकारी लसद्ध हो। उसके ववधान को सरलता से नहींसमझा जा सकता। उसके दिव्य ववधान को जाननेका प्रयत्न करो और ज्ञानी बनो। हाँसते हुए, धैय िऔर बहािुरी के साथ सभी कदिनाइयों का सामना करो और जीवन-संग्राम में जझ ो। कदिनाइया ाँऔर ववपवत्तया ाँइसीललए आती हैं कक ईश्वर के प्रतत तुम्हारी श्रद्धा प्रगाढ़ हो, तुम्हारी संकल्प-शजतत दृढ़ हो, सहन-शजतत में वृद्गध हो तथा तुम्हारा गचत्त अगधकागधक ईश्वर की ओर मुडे। िुःख बडा लशक्षक है। कुन्ती ने प्राथनिा की थी— "हे प्रभु कृष्ण, मुझे ेसिा

ववपवत्तया ाँही िते रहो, जजससे म ैंआपका स्मरण तनरन्तर करती रह सक ाँ।" इसललए समझ लो, ईश्वर सब कुछ हमारे कल्याण के ललए ही करता है। छोटी-छोटी बातों सेखीज न जाओ। बडी-बडी सफलताओं के कारण आपे ेसे

बाहर न हो जाओ। सिा शान्त और सन्तुललत रहो । सब कुछ ईश्वर की इच्छा से होता है। कष्ट, िुःख, कदिनाई और असफलता — सब ईश्वर का उपहार हैं। इनसे हमारा गचत्त शुद्ध होता है। इसललए हमें अपनेको ईश्वर की इच्छा पर छोड िेना चादहए। ईश्वर के चरणों में अपनेको पण तिया समवपति कर िो और कोई भी िुःख या कदिनाई आये, तो झींको नहीं। समझिार लोग अपनेभले या बुरे—िोनों को ही बडी शाजन्त के साथ स्वीकार करते हैं। वेन तो भले का खुशी से स्वागत करतेहैं और न बुरे की तनन्िा ही करते हैं।
इसी प्रकार हमें जो भी प्राप्त हो—भला या बुरा, उसेईश्वरीय ववधान समझ कर समान भाव से स्वीकार करना चादहए। हमें अपने ववषय में यह समझना चादहए कक हम मिा उपकरण हैं, जजनसे ईश्वर अपनी दिव्य इच्छा के अनुसार काम लेता है।

सोहन : गुरु जी, जब हम किोर पररश्रम करते हैं, वह कुछ-न-कुछ लाभ प्राप्त करने के ललए ही करते हैं। तब अपनी इच्छा और कदिन पररश्रम के अनुसार हम कमि-फल प्राप्त करने की आशा तयों नहींकरें ?
मशक्षक : तुमने िीक प्रश्न प छा। मान लो, तुम अपनी बहन के वववाह में जाना चाहते हो और उसके ललए सप्ताह भर के अवकाश के ललए अजी िेते हो। अब इस अवकाश की स्वीकृतत िेना पण तिया तुम्हारे अगधकारी पर तनभरि है। मान लो, वह कहेंगे– "इस समय मेरे पास काय िकरने वाले लोग कम हैं, इसललए तुम्हारा अवकाश स्वीकृत नहींकर सक ाँगा।" तब तुम तया करोगे? तया अगधकारी को कोसोगेया नौकरी छोड िोगे? तया तुम्हें इस बात का िुःख होगा कक तुम्हें छुट्टी नहीं लमल पायी? लेककन तया तुम अगधकारी पर िबाव िाल कर छुट्टी पाने के अपने अगधकार पर जोर िे सकतेहो ?
सोहन : नहीं। म ैंनौकरी तयों छोड िाँग ा? और यदि वह अवकाश नहींिेता है, तो उसकी तनन्िा किरने से भी कोई लाभ नहीं होगा। यदि म ैंअपने अगधकार पर जोर िेनेलगाँ, तो शायि म ैंअपने अगधकारी को असन्तुष्ट ही करूाँगा ।
मशक्षक : बहुत िीक । तब तुम्हारे ललए यही उत्तम है कक तुम अपनेको अपनेअगधकारी की इच्छा पर छोड िो। तुम्हारी इच्छा के अनुसार अवकाश लमला तो बहुत अच्छा; लेकेकन अपनी सफलता के ललए अगधक हवषति होनेकी जरूरत नहींहै। यदि अवकाश नहींलमला, तो गचन्ता करने की भी आवश्यकता नहीं। इसी प्रकार कतव्यि का पालन ईश्वर में प री श्रद्धा तथा उसके प्रतत भजतत के साथ करना चादहए। कतव्यि के ललए कतव्यि करो। उसका फल ईश्वर को अवपति कर िो।

हमारा मन जो उद्ववग्न या उते्तेजजत होता है, वह कम िके कारण नहीं, वरन् उसका फल प्राप्त करने की इच्छा के कारण होता है। यही हमारे मन को अशान्त बनाता है । इच्छा की प तत िन हो, तो हम असन्तुष्ट होते हैं। यदि हम फल प्राप्त करने की कामना छोड िें, तो सफलता या ववफलता हमारे मन को जरा भी प्रभाववत नहींकर सकती ।

३०. अपराधी अन्तु:करण अपनी छाया से भी िरता है

मशक्षक : गोपाल, तुम्हारे पचे ेकैसे ेहुए हैं ?

गोपाल : मनैं   जो ललखा है, उससे मुझेप रा सन्तोष है। अगाँरेजी का पचिा जरूर कुछ कदिन था, लेककन मनैं
[illegible] सभी सवाल मनैं
तनजश्चत ही लमलेंगे। कुल लमला कर प्रथम शे्रेणी में उत्तीण िहोनेकी आशा है और ईश्वर ने चाहा तो आगे ेछाि-वृवृत्त भी पा सकता ह ाँ। परीक्षा भवन में जो लशक्षक हमारे साथ थे, उनको भी मेरी उज्जज्जवल सफलता पर ववश्वास है।

मशक्षक : बहुत सुन्रि । परीक्षा फल कब प्रकालशत होगा ? अपने सभी सागथयों को शानिार िावत िोगेन ?

गोपाल : तनश्चय ही गुरु जी। म ैंअपनेसभी लशक्षक और सहपादियों को वनभोज (वपकतनक) के ललए ले जाऊाँगा।

मशक्षक : बदढ़या ववचार है।

कृष्ण : गुरुजी, परसों परीक्षा भवन में एक बडी खेिजनक घटना हो गयी। आप सुनेंगे, तो िुःखी होंगे।

मशक्षक: तयों, ककसी छाि को परीक्षा भवन से तनकाल दिया गया तया ?

कृष्ण : जी हााँ, बात यह है कक एक लडका अपने साथ कुछ कागज लाया था, जजसमें कुछ उन प्रश्नों के उत्तर ललख ललये थे,े जजनके बारे में उसका ख्याल था कक उस दिन के प्रश्न-पि में जरूर पछे गये होंगे। िेस्क के नीचे ेतछपाये हुए उन कागजों से वह उत्तर नकल करने में व्यस्त था। एकाएक परीक्षा तनरीक्षक ने कहा कक कोई खुले कागज अपनेसाथ िेस्क पर या िेस्क के नीचे न रखे। लडका यह सोच कर घबरा गया और परेशान हो गया कक तनरीक्षक ने उसे ेनकल करते िेख ललया होगा। अपनी जेब में उन कागजों को तछपा लेनेके ललए वह फौरन उन्हें मोडने लगा। सहायक तनरीक्षक ने, जो कक कुछ ही िर ी पर खडे ेथे, उसकी यह हरकत िेख ली और उसे ेरंगेहाथों पकड ललया। तुरन्त ही उस लडके को परीक्षा भवन सेतनकाल दिया गया।

मशक्षक : ककतनी मुसीबत है! बच्चो, तया बता सकते हो कक उसका अन्त:करण ककस प्रकार का था? जो जानता हो, हाथ ऊाँचा करे।

कृष्ण : गुरु जी, म ैंजानता ह ाँ, पर वह शब्ि भ ल रहा ह ाँ। म ैंसोच कर अभी बताता ह ाँ।

(लमनट भर सोच कर बताता है।)

उसका अपराधी अन्त:करण था। िीक है न, गुरु जी ?

मशक्षक: त्रबलकुल िीक तुमने यह कहावत सुनी होगी- 'अपराधी अन्तुःकरण अपनी छाया से भी िरता है।'

म ैंचाहता ह ाँ कक तुम सब इस बात को िीकि-ीक समझ लो। इन दिनों लडके कडी मेहनत नहींकरना चाहते। वे सफलता पाने का आसान रास्ता खोजते ेहैं और इसके ललए हर सम्भव गलत किम उिानेके ललए तैयार हो जाते ेहैं। यह बहुत बुरी मनोवृवृत्त है। ध्यान रखो - 'अशुद्ध साधनों से प्राप्त की गयी सफलता सफलता ही नहींहै।' महात्मा गान्धी ने कहा है — " अशुद्ध और गलत साधनों से सफलता प्राप्त करने के बजाय लक्ष्य को न प्राप्त करना उत्तम है। जीवन के ककसी भी क्षेत्र में या काम में सफलता पाना चाहते हो, तो उसका साधन शुद्ध और सही ही होना चादहए, गलत नहीं। तभी यह कहा जा सकता है कक तुमने वास्तववक सफलता पायी है। इसी प्रकार जो सम्पवत्त हम अशुद्ध साधनों से उपाजनि करते ेहैं, उसके साथ कई मुसीबतें भी लगी रहती हैं; परन्तु वही यदि शुद्ध साधनों से कमाय,ें तो उससे हम सुखी होंगे ेऔर हमारा भाग्य चमकेगा।"

ऐसेसब प्रसंगों से तुम लोगों की आखाँ खुलनी चादहए। एक ववनोि-कथा के द्वारा प वोतत कहावत का अथ ि स्पष्ट करता ह ाँ।

एक धनी ब्राह्मण था । उसके पास कई नौकर थे। एक दिन उसका चाँिी का लोटा खो गया। उसे ेअपनेनौकरों पर शक हुआ, लेककन वह पता नहींलगा सका कक ककसने चोरी की है। अन्त में उसने एक उपाय सोचा। उसने अपनेसभी नौकरों को बुला भेजो। सबके हाथ में एक-एक लकडी िे िी और कहा - "लकडडयााँ त्रबलकुल एक-सी हैं। प्रत्येक लकडी एक-एक गज लम्बी है। लेककन कल प्रातुः चोर नौकर की लकडी एक इंच बढ़ जायेगी।"

सब अपने-अपनेस्थानों को लौट गये। जजसनेचोरी की थी, वह सारी रात सोचता रहा-"यह माललक बडा बुद्द्धमान् ्है। मेरी लकडी एक इंच लम्बी हो जायेगी और म ैंपकडा जाऊाँगा। तयों न म ैंएक इंच लकडी काट कर फेंक िं। " उसनेऐसा ही ककया। अगले ेदिन प्रातुः माललक ने सबको बुलाया और अपनी-अपनी लकडी दिखानेको कहा। उसनिेखा कक एक लकडी बाकी लकडडयों से छोटी है। इस प्रकार उस छोटी लकडी वाला नौकर चोर सात्रबत हुआ। ब्राह्मण को चाँिी का लोटा वापस लमल गया और अपराधी नौकर तनकाल दिया गया।

गोिाल: ऐसी ही अपराधी मनोवृवृत्त की एक घटना म ैंसुनाऊाँ ? : गुरु जी,

मशक्षक : जरूर सुनाओ।

गोिाल : एक शहर में कपास का एक व्यापारी रहता था। वह बडा धनी था। उसके पास कपास का बहुत बडा स्टाक था। एक रात चोरों ने उसमें से एक गट्िर चुरा ललया। चोरों को पकडने की उसनेख ब कोलशश की, लेककन पकड न सका ।

एक ब ढ़े ने उस व्यापारी से कहा- "अपनेलोगों को एक भोज िो। म ैंचोर को पकड लाँ गा।" व्यापारी ने ऐसा ही ककया। जब सब लोग भोजन कर रहे थे, तब वह ब ढ़ा जोर से गचल्लाया- "चोरों की िाढ़ी में अभी तक कपास गचपकी

हुई है।" इस पर जो चोर थे, उनका हाथ अनजाने में अपनी-अपनी िाढ़ी पर चला गया, जजससे ेकक वे कपास तनकाल िें। इस तरह वे पकड ललये गये।

मशक्षक : ख ब ! यह भी बडी लशक्षाप्रि कहानी है जो इसी सत्य की ओर संकेत करती है। अपराधी मनोवृत्त वाला मनुष्य जीवन में कभी सफल नहींहोता, कभी उन्नतत नहीं कर सकता। वह साहसी, ईमानिार और तनष्कपट नहीं रह सकता ।

बच्चो, तुम लोगों ने िेखा होगा कक कुछ लोग रेल में त्रबना दटकट सफर करते ेहैं। वे जानते ेहैं कक यदि वे पकडे गये, तो ककराये का िुगुना पैसा िेना पडेगा। त्रबना दटकट के सफर करने वालों की तुच्छ मानलसक जस्थतत अनुभवी लोग समझ सकते हैं। ऐसे लोग बहुत घबराते ेहैं। उनको हर क्षण चौकन्ना रहना पडता है। वे सिा खखडकी से बाहर झाकाँते ेरहते ेहैं, ताकक िेख सकें कक दटकट चेकेर ककस डिब्बे ेसे ककस डिब्बे ेमें जा रहा है।

अपराधी मनोवृत्त के कारण वह हर क्षण इस भय से परेशान रहता है। कक वह पकडा जायेगा और उसे े जुमानिा िेना पडेगा। दटकट चेकेर डिब्बे ेमें घुसता है, तो वह उसकी नजर से बचनेके ललए पाखानेमें जा तछपता है। कुछ िेर के बाि बाहर तनकल कर जब वह िेखता है कक दटकट चेकेर अभी तक डिब्बे ेमें मौज ि है, उसे ेआश्चय िऔर तनराशा — िोनों होते ेहैं। उससे दटकट मागाँा जाता है। वह कुछ नहींकह पाता है। उसे ेककराया और जुमानिा — िोनों ही िेनेपडते ेहैं।

तो बच्चो, जो रकम िेनी है, उसे िेनेमें कभी मत च को । दिल साफ रखो। तनभयि और बहािुर रहो।

३१. आपसी सहायता और सहयोग से सुख लमलता है

मशक्षक : ववक्रम, रात भर लाउिस्पीकर पर गाना और शोर होता रहा, तया बात थी ? सारी रात बडी परेशानी रही।

ववक्रम : पडोसी के यहााँवववाह था, गुरु जी ।

मशक्षक : ओह, तो कल रात ववाह उत्सव का आनन्ि उिाया तुमने। (हाँसते हुए) मुझे एक आिमी का स्मरण हो आया, जो अपनी लडकी का ववाह करके िगा गया।

विक्रम : कौन था गुरु जी, वह ? तया हुआ था ?

मशक्षक : एक आिमी था। उसके चार लडके थे। वे आपस में लडते ेरहते ेथे। उसनेउन्हें शाजन्त से रखने ेका भरसक प्रयत्न ककया, पर उसे ेसफलता नहींलमली। कुछ वषो बाि वह मर गया। वे लडके छोटी-छोटी बातों को ले कर तब भी बराबर लडते ेरहे और उनमें आपसी मतभेि बढ़तेगये। हर एक अपनी अलग-अलग कमाई करता था।

कुछ वषों में बडेभाई की लडकी ववวाह योग्य हुई। वववाह का दिन तनजश्चत हुआ। बडा भाई नरेन्ि्इस असमंजस में पड गया कक इतनेबडेसमारोह का आयोजन वह अकेला कैसे ेकर सकता है। उसे ेअपने भाइयों से ककसी प्रकार की सहायता की आशा नहींथी, तयोंकक लम्बे ेअरसे ेसे उनके बीच लडाई-झगडा ही चल रहा था। उसने सोचा और ख ब सोचा। अन्त में एक उपाय उसे ेसझ ा। उसने अपनेसारे कथाकगथत लमिों को बुलाया और वववाह के सम्बन्ध में उन लोगों से खब चचाि की। भाइयों के बीच ऐसा तनावप ण िसम्बन्ध है, यह लमिों को अच्छी तरह माल म था। उन्होंनेइस जस्थतत का प रा-प रा लाभ उिाया। उन्होंनेकहा- "भाई, तुम तयों घबराते ेहो? यह तो साधारण-सा काम है। भाड में जायेंतुम्हारे भाई। हम सारी तैयैारी कर िेंगे। हम वववाह समारोह का सारा कायक्रिम तैयार करेंगे ेऔर बडी धम धाम से मनायगें।" नरेन्िको उन कथाकगथत लमिों की बात पर ववश्वास करना पडा। खचे ेका एक मोटा दहसाब लगा ललया गया और उन लमिों को कुछ रकम पेशेगी िे िी गयी ताकक अनाज, लमिाई, फल, गहने, कपडे तथा अन्य सामग्री खरीिी जा सके और बारात को िहराने का, भोज का, नाच-गाने आदि का इन्तजाम ककया जा सके।

वववाह सम्पन्न हुआ। सारा कायक्रिम िो-तीन दिन तक चलता रहा। तो बच्चो, तुम सोच सकते हो कक तया पररणाम हुआ होगा। सुनार, बजाज, हलवाई और ऐसेही छोटे-छोटे कई व्यापाररयों ने अपना-अपना त्रबल पेश ककया। जो अनुमान लगाया गया था, खच िउसके िुगुने से भी अगधक हो गया। बेचारे नरेन्िका दिवाला तनकल गया और वह िुःख और परेशानी में ि ब गया।

यह परेशानी तयों हुई, जानते ेहो ?

कृष्ण : जी हाँ, नरेन्िके उन झि लमिों ने उसे ेधोखा दिया और उसके पैसे से ख ब मजा ल टा | **विक्रम :** गुरु जी, आखखर वे भाई तो उसके अपनेऔर सगे थे। तयों उन्होंनेवववाह जैसे ेमहत्त्वप ण िकाम में सहयोग नहींदिया ?

मशक्षक : उन लोगों में अनुक लनशीलता का गुण लेशमाि भी नहींथा। उनका अहंकार और गव िसबसे बडी बाधा थे े।

कृष्ण : अनुक लनशीलता से आपका तया आशय है, गुरु जी ? **मशक्षक :** अनुक लनशीलता एक ऐसा महान् ्गुण है जजससेमनुष्य अपनेको िस रों के अनुक ल बना लेता है, भले ही उनके स्वभाव उसके स्वभाव सेलभन्न तयों न हों। जीवन में सफल होनेके ललए यह गुण अत्यन्त आवश्यक है। इस गुण का ववकास धीरे-धीरे करना चादहए। अगधकांश लोग िस रों के साथ तनवाहि करना जानते ेही नहीं। **कृष्ण :** अनुक लनशील आिमी के तया-तया गुण होते ेहैं, गुरु जी ?

मशक्षक : यह समझिारी का प्रश्न है। अनुक लनशील आिमी को कुछ-न-कुछ त्याग करना पडता है। जैसे ेकोई तलकि अपने ऊपर के अगधकारी के तरीकों, आितों और स्वभाव को जानता है और अपने को उसके अनुक ल बना लेता है, तो अगधकारी तलकि का िास बन जाता है। अपने अगधकारी को खुशु करने के ललए िो-चार मीिे शब्ि ही पयाप्ति होते ेहैं। मीिे बोल बोलो, नरमी से बोलो। अपनेअगधकारी के प्रत्येक शब्ि का अनुसरण करो; तयोंकक वह तुमसे आिर की अपेक्षा रखता है। तुम्हें इसके ललए कुछ खोना नहींपडेगा। ऐसा होने पर अगधकारी तुम्हारे प्रतत अपनेहृिय में कुछ आत्मीयता अनुभव करने लगेगा। तुम जो चाहो, वह कर िेगा। तुमसे कोई गलती हो जायेगी, वह उस ओर ध्यान नहींिेगा। तुम उसके वप्रय बन जाओगे। अनुक लनशीलता के गुण का ववकास करने के ललए नम्रता और आज्ञा-पालन आवश्यक हैं। जो अहंकारी और घमण्डी होता है, वह िस रों से अनुक लन में कदिनाई अनुभव करता है और इसललए वह सिा परेशान रहता है।

अनुक लनशील आिमी के अपने पास जो कुछ भी है, उसे िस रों के साथ लमल-बाटँ कर उपयोग करना चादहए। कभी-कभी उसे ेअपमान और किोर वचन सहन करनेपडते ेहैं। उसे ेअपनेमें धैय,ि सदहष्णुता तथा मानलसक सन्तुलन के गुणों का ववकास करना चादहए। जब वह िस रों के अनुक ल बनने का प्रयत्न करने लगता है, तब ये सारे गुण अपने-आप ववकलसत होनेलगतेहैं।

गोिल : जी, अब म ैंसमझ गया कक नरेन्ि अपनी पुत्री के वववाह में तयों कदिनाई में पड गया। प्रत्येक भाई अहंकारी था। प्रत्येक का स्वभाव एकि–स रे के अनुक ल बन कर रहने को तैयार नहींथा। इसललए परस्पर सहायता करने या सहयोग िेनेका सवाल ही नहींउिता था ।

मशक्षक : त्रबलकुल िीक। तया परस्पर सहायता और सहयोग की कहानी सुना सकते हो ?

गोिल : तयों नहीं।

एक बार एक सकँरे पुल पर िो भेडे आमने-सामनेसेआ रहीं ंथीं। पुल के बीच िोनों लमलीं। पुल तया था, खाली एक लकडी का लट्िा था। वे मुड नहींसकती थीं।

एक भेड ने कहा- "इसमें तुम्हारा कोई िोष नहींहै। म ैंभी तो तुम्हें िेख न सकी। यह मेरी गलती है। म ैंपानी में क ि जाऊँगी, तुम चली जाना।"

पहली भेड ने कहा- "नहीं, नहीं, ऐसा मत करो। तुम ि ब जाओगी। पानी गहरा है। बहाव भी तेज है। म ैंलट्िे पर लेट जाती ह ँ, तुम मेरे ऊपर पैर रख कर चली जाना।"

तब पहली भेड लेट गयी और िस री भेड धीरे से उसके ऊपर से तनकल गयी। इस प्रकार िोनों पुल पार कर सकीं। िोनों ने एकि–स रे को धन्यवाि दिया और चली गयीं।

मशक्षक : बहुत ख ब । तुमने सचमुच बहुत अच्छी कहानी सुनायी। इससे यह लशक्षा लमलती है कक 'परस्पर सहयोग और सहायता से सुख लमलता है।' इसललए बच्चों, अपने को िसरों के अनुकल बना लो। पररजस्थतत के अनुरूप व्यवहार करो। तुम जीवन में सिा सफल रहोंगे। ईश्वर तुम्हारा कल्याण करे !

लडके : नमस्कार, गुरु जी ।

३२. अच्छे जीवन से ईश्वरमय जीवन प्राप्त होता है

मशक्षक : बच्चो, वपछले ेकई दिनों सेतुम सब कई नैततक और आध्याजत्मक कहातनयाँ सुनते रहे हो। आज म ैंकुछ प्रश्न पछ कर यह िेखना चाहता हाँ कक तुम सही उत्तर िे सकते ेहो अथवा नहीं।

मोहन, ककसी िुःखी या मुसीबत में पडेहुए व्यजतत की सहायता तयों करनी चादहए ?

मोहन : इसललए कक उससे हमारा चररि पररष्कृत होगा और िस रा कारण यह है कक उसमें भी वही ईश्वर बसता है जो मुझमें है। मनुष्य की सेवा ईश्वर की सेवा है। परोपकार, िया और त्याग के काय िकरने से हमारा हृिय शुद्ध होता है, ववशाल होता है और कोमल बनता है। इस प्रकार दिव्य प्रकाश ग्रहण करने योग्य बनता है।

मशक्षक : बहुत सुन्िर । तुम्हारा उत्तर संक्षक्षप्त और मधुर है। इससे मुझे प रा सन्तोष है। लेकेकन यह बतलाओ कक त्याग के काय िसेतुम्हारा आशय तया है ?

मोहन: जी, इसे े पररभावषत करना कदिन है, लेककन म ैंअपनी आखोँ िेखी घटना से अपना आशय समझा सकता है।

मशक्षक : िीक है, सुनाओ। **मोहन :** कल एक िुमंजजले मकान में आग लग गयी। घर की मालककन शाम का भोजन पकानेके बाि अपने बच्चों के साथ शयन कक्ष में आराम कर रही थी। घर का माललक घर पर नहींथा। चल् हे के पास एक कपडा पडा था, संयोग से उसमें आग लग गयी। पास में ही पडे लकडी के एक गट्िर ने आग पकड ली और कफर सारे घर में आग फैल गयी। माललककन यह समझ कर कक सब िीक–िाक है, कमरे को अन्िर से बन्ि करके तनजश्चन्त हो कर सो गयी। इधर लपटें बहुत ऊँचे उिनेलगीं। सारा मुहल्ला जाग गया। भीड जमा हो गयी। घर के माललक को लोग आवाज िे रहे थे, पर कोई उत्तर नहींलमल रहा था। बाहर का शोर-गुल सुन कर माललककन जागी और सारा घर धुए ँ और लपटों से भरा िेख कर घबरा उिी। बच्चों को उसने जगा दिया और घबराहट में उन्हें ले कर छत पर जा पहुँची। वहाँसे वह जोर-जोर से सहायता के ललए गचल्लाने लगी। लोग घडों और बालदटयों में पानी ला ला कर आग बुझाने का प्रयत्न कर रहे थे। माललककन की हृिय वविारक पुकार कोई नहीं ंसुन पा रहा था। इतनेमें पडोस का एक

नवयुवक लकडी की एक सीढ़ी लाया और उससेछत पर पहुँच गया। कफर वह मदहला तथा बच्चों को सुरक्षक्षत नीचे े उतार लाया।

इतनेमें िमकल आ गया और आग बुझाने लग गया। आग बुझाने में प रे ो घण्टे लगे। सभी सामान राख बन चुका था। ईश्वर की कृपा की सेककसी की जान नहीं गयी। घर की माललककन ने सन्तोष की सासँ ली और अपनी हीरे की अंगि ी उतार कर उस प्राणरक्षक युवक को उपहार के रूप में िेने लगी। युवक ने उसे ेधन्यवाि दिया और वह अगँ ि ी वापस करते ेहुए कहा, "हम बालचर हैं और हम लोग सेवा के बिलेमें कोई उपहार नहींलेते। मनैं तो केवल अपना कतव्यि तनभाया है। इससे अगधक और कुछ नहींककया।"

उस युवक की बहािुरी और तनष्काम सेवा िेख कर सब आश्चयचिककत रह गये और उसकी प्रशंसा करने लगे; तयोंकक उसनेअपने प्राणों को ववपवत्त में िाल कर उस मदहला और उसके बच्चों के प्राण बचाये थे।
मशक्षक: बहुत अच्छा है। अपने प्राणों को जोखखम में िाल कर िस रों के प्राण बचाना वास्तव में वीरतापण ि तनु:स्वाथ िकाम है और ऐसा काम ही त्याग का काम कहलाता है। उस भीड में से बहुत से लोगों ने पानी ला ला कर आग बुझाने का प्रयत्न ककया जरूर; लेकेकन उस बालचर ने जजस दहम्मत और बहािुरी का काम ककया, उसकी तुलना में उनका काय िसाधारण ही था।

इसके अततररतत उसका एक िस रा भी प्रशंसनीय काय िरहा है।

गोिाल : जी हाँ! उसनेमदहला द्वारा दिये गये हीरे की अंग ि ी के उपहार को स्वीकार नहीं ककया। उसनेकतव्यि के ललए कतव्यि ककया। वह सच्चा कमयिोगी था ।
मशक्षक : त्रबलकुल िीक। सत्कम िकभी व्यथ िनहींजाता। उससे गचत्त शुद्ध होता है और ईश्वरीय कृपा और दिव्य प्रकाश की प्राजप्त होती है। अच्छाई से जीवन धन्य, सफल और समृद्ध बनता है ।

भ खे ेको भोजन िेना, रोगी की सेवा करना, नंगे ेको कपडा िेना, गरीब और िीन की सहायता करना, अपने पास जो है उसे ेलमल बाटँ कर इस्तेमाल करना और बिले ेमें कुछ भी न चाहना—ये सब त्याग और तनु:स्वाथ िसेवा के छोटे-छोटे काय िहैं। सत्काय िकरने का कोई भी मौका च कना नहींचादहए, इन्हें रोज करना चादहए। तुम्हें स्वयं पता चल जायेगा कक इससे तया-तया लाभ है ? तुम्हारा जीवन प्रेम, त्याग, ज्ञान और बहािुरी का जीवन्त उिाहरण होना चादहए।

कृष्ण, बता सकते हो कक ककसी की हत्या करना या ककसी को चोट पहुँचाना तयों बुरा है ?

कृष्ण : तयोंकक उसका पररणाम अनथकिारी है। वह हमें पशुता के स्तर पर लाता है। िस रों को कष्ट िेना अपने-आपको ही कष्ट िेना है। जब हम िस रों का उपकार करते ेहैं, तो हम अपना ही उपकार करतेहैं। सब प्राखणयों में एक ही आत्मा, एक ही ईश्वर बसता है।

मशक्षक : वाह! तुम्हारा उत्तर भी वैसा ही है, जैसा कक मोहन का था। मुझे ेखुशी है कक इन िैतनक वातालिापों से

तुम
लोगों ने लाभ उिाया है।

कृष्ण : 'आत्म-त्यागी को सिा सम्मान लमलता रहा है', इस सत्य का प्रततपािन करने वाली एक और कहानी सुनाऊँ गुरु जी ?

मशक्षक : हााँ, सुनाओ, लेककन पााँच लमनट में ही।

कृष्ण : जोधपुर के राणा की सेवा में एक राजप त सेवेवका थी। उसका नाम पन्ना था। राजकुमार को छोड कर रानी मर गयी थी, इसललए उस स्वामी-भतत मदहला को राजकुमार की िेख-भाल करने का भार सौंपा गया था। एक दिन राणा के शत्रुओं की टोली महल में घुस आयी। वे उस राजकुमार की तलाश कर रहे थे। वे उसे ेमार िालना चाहते थे। पन्ना ने फौरन अपने लडके को राजकुमार के कपडेपहना दिये और उसे ेराजकुमार की जगह महल में ले जा कर बिा दिया। शत्रुओं ने उस लडके को तलवार सेमौत के घाट उतार दिया। वह अपने बच्चे का कतल होते े िेखि रही थी, पर गचल्लायी नहीं। इस प्रकार अपने पुत्र की बलल िे कर उसनेराजकुमार के प्राण बचाये। बहािुरी, स्वामी भजतत और आत्म-त्याग के गुणों के ललए उसकी याि हमेशा की जायेगी।

मशक्षक : बहुत सुन्िर। यह एक सरल-सी छोटी कहानी है। उसनेतो एक ऐसेत्याग का बदढ़या उिाहरण प्रस्तुत ककया, जो अब तक ककसी मदहला ने नहींककया।

३३. जो िसरों के ललए गड्ढा खोिता है, वह खिु उसी गड्ढे में गगरता है

मशक्षक: अच्छा, ववक्रम, तुम बता सकते हो कक हमारी इन वाताओंसे तुमने तया-तया सीखा ?

विक्रम: म ैंइस ववषय को मन-ही-मन िोहरा लाँ। मुझे िो लमनट का समय िें।

मशक्षक : िीक है।

विक्रम : सुतनए ।

"अपनेसाथ जैसे ेव्यवहार की अपेक्षा रखतेहो, िसरों के साथ भी वैसा ही व्यवहार करो। "

"प्रेम से प्रेम उत्पन्न होता है और द्वेष सेद्वेष ।" िीक है न, गुरु जी ?

मशक्षक : त्रबलकुल िीक है। तुम्हारी स्मरण शजतत तेज है। और कुछ ?

विजय : जी हा।ाँ "बुराई का बिला भलाई सीै" – स्वण िसि ।

"बिला लेना नहींचादहए, ववशाल और उिर ह्रिय बनना चादहए।"

मशक्षक : सुन्रि! इन बातों को सिा स्मरण रखोगे ेऔर इन्हें अपनेजीवन में उतारनेका प्रयत्न करोगे,े तो शीघ्र ही सफल हो जाओगे। जीवन की सारी समस्याओं का समाधान हो जायेगा। गुणहीन जीवन जल-रदहत, मरुधान-रदहत रेगगस्तान के समान है। इसललए अपनेजीवन को तनु:स्वाथ िप्रेम, त्याग, ज्ञान और सद्भाव का जीवन्त रूप बनाओ। िस रों का सम्मान करोगे, िस रों से सहानुभ तत रखोगे,े तो तुम्हें भी सम्मान और सहानुभ तत लमलेगी ।

ववजय, तुम कोई िो बातें बता सकते हो, जो तुमने इन सारी वाताओं में ग्रहण की हों?

विजय : जी हा।ाँ "हमें अदहंसा का पालन करना चादहए। कोई भी काम करने से पहले ेकम-से-कम िो बार सोच

लेना

चादहए; तयोंकक जल्बिाजी सेबरबािी होती है।"

मशक्षक : समझ लो बच्चो! इशारे से, अलभव्यजततयों से, लहजेसे या आवाज से अथवा कटु शर्बािं से भी ककसी की भावना को चोट पहुाँचाना दहंसा ही है। धमाचिरण दिव्य पथ है। सम्पवत्त, सौन्यि,ि यौवन, मान-यश-सब फीके पड जाते ेहैं, परन्तु धमि–परायणता का जीवन कभी नष्ट नहीं होता ।

मोहन : गुरु जी, रोज की तरह आज आप कोई कहानी नहीं सुनायगें ? **मशक्षक :** जी हााँ, वह तो होगा ही। लेककन जो

कुछ आज तक ग्रहण ककया है, उसे ेएक बार ह्रियंगम कर लेना अच्छा

है। िीक है। आज कौन लडक़ा बदढ़या छोटी लेककन ववनोिशील कहानी सुनायेगा ?

सोहन : (शुरू करता है।)

तीन िुष्ट थे। वे ल ट-मार करने के ललए रोज बाहर जाया करते ेथे। ल ट में जो भी लमलता, उसे ेवे तीनों बराबर बााँट ललया करते ेथे। एक दिन एक वृक्ष के नीचे उन्होंने एक बडा पत्थर पडा हुआ िेखा। उन्होंनेसोचा कक इस पत्थर के नीचे ेधन होना चादहए। जब उन्होंनेपत्थर हटाया, तो नीचे एक गड्ढा दिखायी पडा।

गड्ढे को खोि कर िेखा, तो वहााँएक ततजोरी गडी हुई लमली। उन्होंनेततजोरी का ताला तोड िाला। उसके अन्िर ख ब सोना और चााँिी भरा हुआ िेख कर उनको बडी खुशी हुई। वह इतनी भारी थी कक उसे ेउिा नहींसकते थे। उन्होंनेएक आिमी को गाडी लानेभेजा। जब वह चला गया, तो बाकी िो आपस में बात करने लगे— "सारा

धन हम िोनों ही बाटाँ लें, तो ककतना अच्छा हो ! हमारा तीसरा साथी लौट आये, तो हम उसे ेआसानी से खतम कर सकते हैं। तब हमें एक ततहाई धन लमलने के बजाय आधा-आधा धन लमल जायेगा।" िोनों ने लमल कर यह योजना बनायी कक तीसरा ज्जयों ही आये, उसे ेमार िाला जाये।

वह तीसरा आिमी शहर गया। उसनेएक गाडी ककराये पर ली तथा साथ ही कुछ शराब और लमिाई भी ली।
वह भी उन िोनों के समान ही िुष्ट था। उसनेअपने मन में सोचा "सारा धन यदि म ैंअकेला ही पा जाऊाँ, तो बाकी सारी जजन्िगी आराम से कट सकती है।" यह सोच कर उसने शराब में थोडा जहर लमला दिया।

वह ज्जयों ही जंगल में पहुाँचा कक वे िोनों उस पर ट ट पडेऔर उसकी हत्या कर िाली। अपनी सफलता पर वे िोनों इतनेप्रसन्न हुए कक ततजोरी को गाडी पर चढ़ानेसेपहले ेवे लमिाई और शराब पर हाथ साफ करने लगे। वे िोनों तुरन्त ही मर गये और उसी गड्ढे में गगर पडे। वह ततजोरी जहा ाँकी तहा ाँपडी रह गयी।

विजय : ककतने िुःख की बात है! उन पर िया आती है। ल ट कर जो भी लमलता होगा, उसेवे लोग आपस में हमेशा बराबर-बराबर बााँट लेतेहोंगे। अब की बार तया हो गया कक सबके मन में खुि ही सारा धन हडप लेनेकी इच्छा पैिा हो गयी ? इस तरह की मनोवृवृत्त म ैंसमझ नहींसका। गुरु जी, वे तयों ऐसा सोचने ेलगे?

मशक्षक : वे सब एक ही ववचारधारा के लोग थे। इस बार उनका लोभ हि से ज्जयािा बढ़ गया और इसललए वे अपना सवनिाश कर बैिे। सम्पवत्त की लालसा या लोभ महािोष है। लोभ मनुष्य की बुद्द्धध को मन्ि बना िेता है और उसे े अन्धा कर िेता है। वह मन में तनराशा और अशाजन्त उत्पन्न कर िेता है। वह कभी भी तृप्त नहींहोता। उसका कोई अन्त नहींहै। लोभी मनुष्य परम स्वाथी होता है। उसे ेअपनेही दहतों का ध्यान रहता है। िस रों की वह जरा भी परवाह नहींकरता।

नरक के तीन द्वार कौन-से हैं, जानते ेहो अजय ?

अजय : काम, क्रोध और लोभ । **मशक्षक :** िीक है। तो यह लोभ भी नरक का द्वार है। बच्चो, समझ लो कक लोभ जब बढ़ जाता है, तो यह ककतनी
तबाही ले आता है। लोभ के रोग का उपचार जानते ेहो ? इस भयानक िुगुणि से बचने ेका माग ितया है?
मोहन : जी हा।ाँ एक दिन आपनेबताया था कक जीवन में इन िोषों के ववपरीत तथा रचनात्मक गुणों का ववकास करने से इन पर ववजय प्राप्त की जा सकती है।
मशक्षक : त्रबलकुल िीक। िेखो, परम धन है सन्तोष। वह लोभ की अजग्न को शीतल कर िेता है। जो रचनात्मक है, वह सिा तनषेधात्मक पर ववजय पाता है। यह प्रकृतत का तनयम है। अकरणात्मक िोष रचनात्मक गुणों के सामने दटक नहीं ंसकते। उिाहरण के ललए साहस भय को ि र करता है, प्रकाश अन्धकार को ि र करता है, सदहष्णुता क्रोध

को लमटाती है, उिरता तथा सन्तोष लोभ को जीत लेते ह।ैं अन्य िोषों के ववषय में भी इसी प्रकार समझना चादहए।

सोहन : समझ गया, गुरु जी तीनों ने यदि एक ततहाई धन से ही सन्तोष कर ललया होता, तो इस प्रकार की नाशकाररणी िुःखान्त घटना न होती और उनका ऐसा भयंकर अन्त नहींहोता; लेककन लोभ ने उन्हें अन्धा बना दिया और हर एक ने सोचा कक वही अकेला सारा धन पा जाये और ख ब धनी बन जाये। ककतनी बुरी बात है!

मशक्षक : यिा रखो बच्चो, यदि तुम िस रों के ललए गड्ढा खोिोगे, तो तुम खिु उसी में गगरोगे। लोभ और मोह का बहुत तनकट का सम्बन्ध है। लोभी आिमी को अपनेधन से बडा मोह होता है। उसका मन सिा अपनी ततजोरी और कमर में लटके हुए चाभी के गुच्छे पर ही लगा रहता है। धन ही उसका प्राण और जीवन है। धन कमाने के ललए वह जीता है। सच कहा जाये, तो वह अपने धन का पहरेिार है। उस धन का मजा तो उसका फज लखच िलडका ही ल टता है।

साह कार लोग हमेशा इसी लोभ के लशकार होते ेहैं। पच्चीस और पचास प्रततशत तक ब्याज ले कर गरीबों का ख न च सते हैं। धमशिाला या मजन्िर बनवा कर वह दिखाना चाहते हैं कक बडा धमा-पुण्य कर रहे हैं। लेककन इतनेसे उनके तनिनीय कृत्यों का पाप धुलने वाला नहींहै। तनिनीय लोगों के कारण कई पररवार उजड चुके हैं। जजसके पास एक लाख रुपया हो, वह िश लाख कमाने की गचन्ता में रहता है। िश लाख वाला करोडों रुपये पैिा करने के प्रयत्न में लगा रहता है। लोभ का कहीं ंअन्त नहींहै।

िानशीलता के समान लोभ के भी अनेक प्रकार हैं। ककसी को नाम, यश और प्रशंसा की तृष्णा है। वह लोभ है। सब जज चाहता है कक वह हाईकोटि का जज बने। तीसरे िजेका मजजस्ट्रेट सवागिधकारसम्पन्न प्रथम श्रेणी का मजजस्ट्रेट बनना चाहता है। यह भी लोभ ही है।

सोने का अण्िा िेनेवाली मुगी की कहानी जानते ेहो?

विजय : जी हा।ाँ वह कहानी म ैंसुना िाँ। हमारे साथी भी इसेसुनना चाहेंगे। एक ककसान के पास एक अद्भुत मुगी थी। वह रोज असली सोनेका एक अण्िा िेती थी। वह ककसान धनी बन गया, लेकेकन साथ-ही-साथ अगधक लोभी भी हो गया। वह धैय िखो बैिा और एक दिन में एक ही अण्िा पाने से उसे ेसन्तोष नहींहुआ। सारे अण्िेएक ही बार में पा लेने के लोभ से उस ककसान ने मुगी का पेट चीर िाला और उसके अन्िर सोना खोजने लगा, लेककन वहााँकुछ न लमला। तब वह अपनेबाल नोचने ेऔर म खता के ललए अपने को कोसने लगा। मुगी को खो िेनेका उसे ेबहुत पछतावा रहा, लेकेकन अब िुःख करने से तया लाभ था!

मशक्षक : बहुत अच्छा। यह बहुत सुन्िर और बोधप्रि कहानी है। इससे हमें लशक्षा लमलती है कक 'लोभी होनेसे पास में जो है, उससेभी हाथ धोना पडता है।'

मीीस कौन था, जानतेहो सोहन ?

सोहन : जी नहीं।

मशक्षक : तो सुनो उसकी कहानी। यह बडी दिलचस्प है। मीीस एक राजा था। वह बडा लोभी था। उसनेयह वरिान मागाँा कक जो कुछ भी वह छ ले, वह सोना बन जाये। वर उसे ेलमल गया। उसने अपने बगीचे ेमें सभी पेडों को हाथ लगाया, तो सब सोने के बन गये। वह बहुत खुश हुआ। जब वह खाने ेको बैा और उसनेभोजन को हाथ लगाया, तो वह भी सोनेका गरम कौर बन गया। बेचारा अपनी भ ख लमटा नहींसका; तयोंकक उसका मुहाँ और जीभ जल गये थे। तब और भी बुरा हुआ जब उसकी बच्ची िौडी–ौडी आयी और उसकी गोि में बैा गयी। उसका हाथ लगते ही वह भी सोने की तनजीव गुडडया बन गयी। वह बहुत ही िुःखी हुआ। अपनी मख तिा के ललए अपने को कोसने लगा। तब वह अपना वर वापस करने के ललए प्राथनिा करने लगा। तब, वरिान वापस ले ललया गया।

इसललए, बच्चो! लोभ न करो। पास में जो है, उसे ेलमल-बाटाँ कर खाओ। लोभ, स्वाथ िऔर िुभाविना से ककसी को िुःख या कष्ट मत पहुाँचाओ। लडने और उत्तेजनाप ण िबहस करने की आित छोड िो। तकि मत करो। ककसी से झगडोगे ेया बहस करने लगोगे, तो अपनेमन का सन्तुलन खो बैोगे। व्यथ िही बहुत सारी शजतत व्यय हो जायेगी। ख न गरम होगा। नाडडयों को क्षतत पहुाँचेगी। हमेशा अपनेमन को शान्त रखनेका प्रयत्न करो।

तो बच्चो! खाने ेके ललए िेर हो रही है। कल कफर लमलेंगे। तुम सबका कल्याण हो !

लडके : नमस्कार, गुरु जी ।

३४. पहेललयााँ

(१) हाथी ककतना ऊाँचा कि सकता है ?

(२) वह कौन है जो मुहाँ और िाताँ के त्रबना भी काटता है ?

(३) कौन-सी चीज है जो टटने के बाि ज्जयािा उपयोगी होती है ?

(४) वह कौन है जो त्रबना कान के सुनता है, त्रबना आखाँ के िेखता है और त्रबना जीभ के चखता है ?

(५) वह कौन-सी चीज है जजसेतुम तनगल सकते हो और वह तुम्हें भी तनगल सकती है?

(६) मेरे पास शहर हैं, पर घर नहीं; जंगल हैं, पर पेड नहीं; नदिया ाँहैं, पर पानी नहीं। म ैंकौन हाँ ?

(७) वह कौन-सी चीज है जजसकी आवश्यकता होनेपर तुम फेंक िेते ेहो और आवश्यकता न होनेपर उिा लेते

हो ?

(८) मेरे पास एक ऐसी चीज है जजससे ेम ैंजजतना अगधक बाटाँता ह ाँ, उतना अगधक बढ़ती है। वह तया है?

(९) 'ि' अक्षर तयों बहुत मीिा है ?

(१०) वह तया है जो पहाड पर जाती है, पहाड सेनीचे आती है, पर जरा भी दहलती नहीं?

(११) ग्रामोफोन रेकािि में ककतनी रेखाएँ होती हैं?

(१२) वह तया चीज है जजसमें छेि होते ेहैं, पर कफर भी पानी दटक जाता है ?

(१३) वह कौन है जजसमें हजारों सुइया ाँहैं, पर सी नहींसकता ?

(१४) वह तया है जजसके आखोँ हैं, पर िेख नहींसकता?

(१५) वह कौन है जो सारे ववश्व का चतकर लगाता है, कफर भी एक कोनेमें पडा रहता है?

(१६) खखडकी को तोडेत्रबना उस पार कौन जा सकता है?

(१७) 'क' 'ख' का वपता ,पर 'ख' 'क' का पुि नहींहै। बताओ 'ख' तया है ?

(१८) वह कौन-सी चीज है जो सिा तुम्हारे आगे ेहै, कफर भी तुम िेख नहींसकते ?

(१९) वह कौन-सा प्रश्न है जजसका तुम 'हााँ' में उत्तर िे ही नहीं सकते ?

(२०) वह तया चीज है जो िसरों को बाटाँने पर बढ़ती है ?

(२१) वह कौन है जो दिन भर कुछ काम नहींकरता है, पर उसे ेकाम करने का वेतन लमलता है ?

उत्तर

१. हाथी कि नहींसकता।

२. ज ता ।

३. केरल का नाररयल, लन्दन का अण्िा ।

४. ब्रह्म ।

५. पानी।

६. नतशा ।

७. लंगर ।

८. ज्ञान ।

९. तयोंकक वह 'लड्ि' शब्ि के बीच में पडता है।

१०. सडक ।

११. एक रेखा ।

१२. स्पंज ।

१३. साही (स्याही)।

१४. आल ।

१५. (िाक) दटकट ।

१६. प्रकाश ।

१७. पुिी ।

१८. भववष्य ।

१९. तया तुम सो रहे हो ?

२०. सुख ।

२१. रात का पहरेिार ।